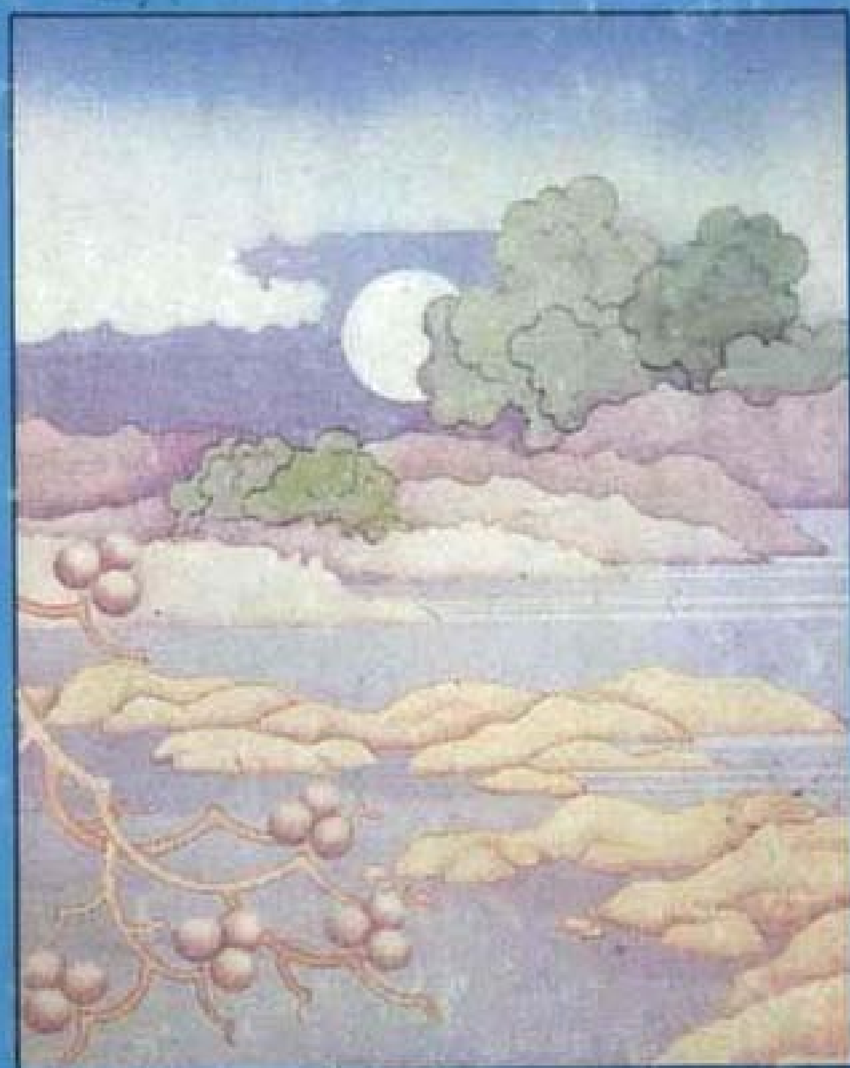


جهان درون ذهن

برگردان: فرامرز جواهری‌نیا

جهان، درون ذهن [یوگا ـ واسیشتا]

گزیده‌هایی از سخنرانی‌های واسیشتای فرزانه برای شاگردش شاهزاده راما

و

داستان شاهزاده خانم چودالا،

برگردانده از سانسکریت به دست هاری پراساد شاستری

برگردان از انگلیسی: فرامرز جواهری‌نیا

انتشارات بدیهه - خیابان دانشگاه - کوچهٔ میترا - شمارهٔ ۲ - تلفن: ۶۴۶۹۹۶۵

جهان، درون ذهن [یوگا، واسیشتا]
برگردان: فرامرز جواهری‌نیا
چاپ نخست - تهران - ۱۳۷۶
حروف‌نگاری: نقش و قلم (حمید قربانجو) ۷۵۳۰۹۵۷
لیتوگرافی: آبرنگ
چاپ: رامین
تیراژ: ۲۰۰۰ نسخه

ISBN 964-90415-1-6 شابک ۹۶۴-۹۰۴۱۵-۱-۶

فهرست مطالب

جملهٔ تقدیمی:

گلی بر سر نازنینی که غمش غم کودک گرسنهٔ سومالیایی، پیرمرد خستهٔ یوگسلاوی، رنج کشاورز چینی، آوارگی فلسطینی و کرد عراقی، و تلخکامی رنگین‌پوستان افریقایی و امریکایی و دیگر دردمندان جهان است و می‌تواند به روح بزرگ و انسانی‌اش بالیده و با زبان گوته بگوید:

«ای اهریمن بینوا، تو نمی‌توانی انسان را در قلّهٔ بزرگی و بزرگواری‌اش ادراک کنی. تو برای تقدیم به من چه داری؟ جز خورشی که هرگز گرسنگی را فرونمی‌نشاند و جز طلایی بی‌جلد که پیوسته چون سیماب از دستی به دست دیگر می‌لغزد و جز قماری که هرگز برد ندارد.»

پیشگفتار

کاری که یوگا ـ واسیشتا [Yoga-Vasishta] نام دارد و آن را با نام ماها ـ رامایانا نیز می‌شناسند، از ۳۲ هزار بیت ساخته شده و آن را به والمیکی [Valmiki] فرزانه نسبت می‌دهند که نخستین شاعری است که به شیوهٔ سانسکریتی که امروزه می‌شناسیم، چیز نوشته است. راستی این است که والمیکی هنوز می‌تواند بزرگترین شاعر سانسکریت باشد، و یوگا واسیشتای او سرشار از اشعاری از بالاترین رده‌هاست.

سوامی ویدیارانیا [Swami Vidyaranya] که یک ستارهٔ پرفروغ آسمان فرزانش خاوری است، در کار پرآوازه‌اش «جیوان ـ موکتی ـ وی‌وِکا» [Jivan - Mukti - Viveka] که دیرزمانی پیش از زاده شدن شکسپیر نوشته، نزدیک به سد بیت از یوگا واسیشتا را بازگویی کرده است.

یوگا واسیشتا محبوب یوگی‌ها و رهروان گوشه‌نشین هیمالیا، و نیز پادشاهان پرکار و سیاستمداران هند بوده است. باور آنان این است که هرکه آن را نیک بررسی کرده و با آموزه‌هایش زندگی کند، از تنگناهای مادی فراتر رفته، و با احساس یک نیکبختی همیشه پایدار در هستی درونی‌اش، بلندای مینوی [روحانی] خویش را از راه نیکخواهی و بشردوستی راستین، با دیگر انسان‌ها بخش می‌کند.

نوشتار کنونی فشرده‌ای است از گزیده‌هایی از آموزه‌های سنتی یوگایی، به شیوه‌ای که بلندپایه‌ترین فرهیختگان مینوی خاورزمین آن‌ها را دریافته و تمرین می‌کنند.



گزیده‌هایی از سخنرانی‌های واسیشتای فرزانه برای شاگردش شاهزاده راما



■ سخنرانی نخست ■

همین که واسیشتا، فرزانهٔ پاک دین، پوشیده در ردایی زردرنگ و با اندامی کمی خمیده، بامدادان پیرامون ساعت ۶ به همآیش شاهانه پای نهاد، شاه و وزیرانش همگی برخاسته، فریاد برآوردند: "اوم نامو نارایانایا، مهاتما!"[۱] [به معنای "اوم! سپاس فراوان خدای را، که سرور همگان است، از چنین روح بزرگی!"]

ریشی [Rishi][۲] بزرگ ایشان را فرخندگی بخشیده و، همچنانکه بر جایگاه بلندی می‌نشست، به شاهزاده راما چنین گفت: «مرد دانا، هنگام انجام خویشکاری‌های زندگی‌اش، خود را با هرچه همراه بیند، جنبش‌های ذهنی خویش را زیر نگر می‌گیرد. ذهن نمی‌باید گرفتار اندیشه‌های دنیوی گشته، یا در راه پندارهای وابسته به چیزهای این جهانی به‌کار گرفته شود. اندیشه را نمی‌بایست آزاد گذارد تا در پهنهٔ گستردهٔ شادکامی‌های بیرونی پرسه زده، یا بر موضوعات و کنش‌های حواس جای‌گیر گردد.

بگذار ذهن تنها بر بُدی [buddhi][۳] بیارامد و جز شادمانی خویشتن هیچ شادی‌ای را چشنده نباشد. مرد دانا در خویشتن سراپا یکسویه می‌ماند و یکدست‌اندیشی‌اش را با استواری یک کوه هیمالیایی می‌توان همتراز شمرد که در همهٔ زمان‌ها و فصل‌ها جنبش‌ناپذیر است. این حالت ذهنی که در درازای زمان به بالندگی و رسایی می‌رسد، از آزمودن پیوستهٔ یوگا[۴] و پایداری ورزیدن در خدمتگزاری به «استاد» فراچنگ می‌آید.

آنگاه، یوگی از بیم و اندوه، هردو، آزاد گشته و به فراسوی کژروی‌ها و دشواری‌های این جهانی رخت می‌کشد؛ بی‌آن که حتا بیم از دست دادن این حالت را به خود راه دهد. او که بدینجا رسیده، بر سرزنش‌ها و وازنش‌های گردونهٔ زمین می‌خندد؛ گویی کسی است که بر فراز کوهی بلند نشسته و بر چیزهای زیر پایش لبخند می‌زند.

اوه، راما. استادان آدهیاتما[5] یوگا می‌گویند که از آسان‌ترین راه‌های رسیدن به این حالت، همانا سرسپردگی همه‌سویه به خداوند و یوگاست.

تو، ای راما، راستی را ـ این را که خداوند فرمانروای جهان است ـ شناخته‌ای و سرشت ایزدی را در چهره‌های سه‌گانه[6]اش به دریافت آورده‌ای. همچنان که در اقیانوس جز تودهٔ بزرگی از آب چیز دیگری نمی‌بینی، به همان‌سان، در کران تا کران سپهر، جز یگانه پروردگار همهٔ جهانیان کس دیگری را نخواهی یافت.

همچنان که دریافتن یک گل با دریافتن بوی آن همراه است، دانستن آتمن[7] نیز از دانش ذهن جداکردنی نیست. و همچنان که آسمان همه‌جاگستر را در آینه تنها بخش بخش می‌توان دید، آتمنِ همه‌جا هست را نیز در آینهٔ ذهن تنها می‌توان بخشی نگریست.

«روح برتر»، برکنار از تنگی‌های زمان و جایگاه، با خواست خودش، و با نیروی توانایی همه‌گیرش، چهره‌های کران‌مند زمان و جایگاه را بر خویش می‌پوشاند. بدان که جهان، با آن که جوهردار می‌نماید، در خود چیز جوهرداری ندارد: جهان یک تهیاست و تنها یک نماست که از انگاره‌ها و پنداربافی‌های ذهن ساخته شده است. جهان را چون یک پردهٔ نمایش افسون شده بین، که از جادوی مایا[8] پیش کشیده شده است.

این جهان سراپا برهمن[9] است. جز او چه چیز دیگری هست؟ جهان از کجا آمد؟ در کجا جای گرفته است؟ جهان همانا آفرینش اشتباه و بت تهی‌مغزان است. اود راما، فرزند دلبندم، اندیشه‌ها و خواهش‌های شیرینی را که از آن

داری، دور ریز. به آتمن همیشه پرفروغت بیندیش.

راما بر سخنان آموزگار پاکش اندیشه کرد و اندیشید که:

«چیست این سرگردانی ما در این جهان، و از برای چیست که همهٔ این آدمیان و جانوران ناگزیرند آمدن‌ها و رفتن‌های خود را بر پردهٔ این نمایشکدهٔ اندک اندک ناپدیدشونده به نقش کشند؟ چیست سرشت ذهن ما، و آن را چگونه می‌باید اداره کرد؟ چیست این مایای گیتی؟ از کجا آمده‌ست و چگونه می‌توان از آن دوری جست؟ جان[10] را چگونه به بند می‌کشد و چه سود یا بدی‌ای دارد که خود را از این پندار دروغین وارهانیم؟ دربارهٔ روش‌های فرونشاندن هوس‌های ذهن و پی‌آمد انجام این کار یک مونی[110] چه می‌گوید؟ او دربارهٔ آرامی روح چه می‌گوید؟

این دل‌ها و ذهن‌های خود ماست که گرایش دارد جهان پدیدار را در برابرمان بگسترانند؛ و همین جان‌های خودمان است که این زیوندگی ناراستین را راست می‌نماید. همهٔ این چیزها در ذهن خود ما با هم پیوند یافته‌اند؛ و هوس‌های ذهن‌مان که سست شدند، آنها هم سست می‌شوند. باریکه نور خرد زیر سایهٔ ابرهای تاریک هواها و هوس‌ها جای دارد. پس من چگونه می‌توانم راستی را از کژی بازشناسم؟

ذهن از یک سو ما را به دانش مینوی کشیده و، از سوی دیگر، گول‌مان می‌زند تا به دنیا گرایش پیدا کنیم. شورزدگی‌هایم کی از همه رو آرام می‌گردند؟ نگرانی‌هایم کی به پایان خواهند رسید؟ جانم کی به پاکی‌اش دست می‌یابد؟ خیالم کی از پروازهایش دست خواهد کشید و بر راستی درونی یکسو خواهد شد؟ در کدامین زمان است که ذهنم ـ چون خیزابهٔ پرخروشی که در سینهٔ یک دریای آرام فرومی‌نشیند ـ به درون، روح برتر، فروکش می‌کند؟ در کدامین هنگام است که فروغ خرد این ابر تاریک نادانی را که سرشت ایزدی مرا با جامهٔ این چهرهٔ سوزانگیز پوشانده، پس می‌راند؟

بگذار بر گفته‌های فرزانهٔ پاکدین اندیشه کنم و، آنگاه، به روش زندگی

کسی بیندیشم که خواهش رسیدن به آزادی[۱۲] دارد. باشد که درستکاری را تمرین کنم، در ستت سنگ[۱۳]ها با اندیشه‌ای پاک روی نمایم، و آموزگارم را خدمت گزارم. باشد که بر هرچه خدایی نیست، ناشنوا مانم؛ و در نیایش و آزمودن ژرف‌نگری روزگار گذرانم.»

■ سخنرانی دوم ■

موسیقی که خبر از فرارسیدن سپیده‌ای دیگر داد، راما، با پدر و برادران شاهانه‌اش، بار دیگر به هم‌آیش آمد.

واسیشتای فرزانه گفت:

«اوه، راما ـ جی، این جهان را وهمی پیوسته دان، برپای داشته شده در اندیشهٔ مردمانی که سرشت‌های شورزده[۱۴] یا گنگ دارند: این آنها هستند که این بنای ناراستین را پشتیبانی می‌کنند؛ چنانکه ستون‌ها ساختمانی را بر دوش می‌کشند.

بگذار هوشمندان بر پدیده‌های جهان بنگرند و، با دیدن راستی‌ها و دروغ‌های آن، خود را تنها به راستی پیوند زنند.

این ذهن است که جهان را آفریده و آن را پیش روی خیال خودش پهن می‌کند. بهترین راه نگاهبانی ذهن از فریب، پیش از هر چیز، به دست آوردن دانش بر سازنده‌های این فرزانش [فلسفهٔ] مقدّس است: سپس، تمرین رهایی از خواهش‌ها، و آنگاه، هم‌نشینی با نیکان، که ذهن را به سوی پاکی رهنمون می‌شود.

ذهنی که از پاکی و فروتنی سرشار باشد، می‌بایست به آموزگاران یوگا چنگ زند که در فرزانش آموخته هستند و ما ایشان را فرخنده می‌داریم. از راه آموزه‌های این آموزگاران، ذهن رهنمون می‌شود تا با اندیشه‌گری‌های خودش به حضور خداوند در درون خودش پی برد و گیتی را چون پرتوهای

روشن ماه بیند که در برابرش گسترده شدست.

روح ایزدی نابودی نمی‌پذیرد و همین که به شناخت جان آدمی درآمد، سر سوزنی اشتباه هم نمی‌تواند در او به جای ماند.

اوه، شما ای آدمیانِ آشنایی نیافته با روح و با برهمن. شما جان‌تان را تنها برای بدبختی دربرمی‌گیرید؛ اما، با شناخت برهمن، درخور آرامش و نیکبختی جاودانه می‌گردید.

اوه، راما ـ جی، روح را از پوشش بیرونی تن همان اندازه آلوده نشده دان که آسمان از ابرهای غبار خاک‌آلوده نمی‌گردد. همهٔ پدیده‌های گستردهٔ جهان که ما پیرامون خویش به نگر می‌آریم، چیزی نیستند جز خیزابه‌های اقیانوس بی‌پایان روح ایزدی.

بر روح[۱۵] برتر که در درون خودت ژرف نگریستی و در روشنای بودی [buddhi] پاک خودت بر آن ژرف اندیشیدی، ترا شکوه‌برهمن‌فراخواهدگرفت.

شکیبا، خویشتن‌دار، و یکدست‌اندیش باش؛ در ذهنت آرام، کم‌گوی، و رام به جای مان و چون جواهر گرانبهایی باش که با فروغ درونی‌اش می‌درخشد. بدین‌سان، از رنجش‌های تب‌آلود این زندگی دنیوی رهایی خواهی یافت.

از شورزدگی خواهش‌هایت رها شو و روغن شیفتگی فریب‌آمیز را از دیدگانت پاک کن. بگذار جانت با خرسندی در آتمن‌ات آرام گیرد و از هیجان‌های گمراهی‌آور این جهان آزاد گردد.

با دانستن این که جهان دروغین است، هیچ آدمیِ خردمندی از پرده‌های همیشه دگرگون‌شونده‌اش فریب نمی‌خورد.

این آموزگار مینوی است که با خردآوری درستش ذهن خفته و کرخت را بیدار کرده و، آنگاه، سخن راستی را اندک اندک در آن جایگیر می‌سازد.

انسان‌های پاک‌ذهن نخست با نشستن در پای گورو[۱۶]های نیک‌سرشت و مهربان، و سپس به یاری خردورزی، به فروغ راستی پی می‌برند و روشنایی ایزدی را در جان‌هاشان فروزان می‌بینند. آنها همان چیزی

می‌شوند که من هستم، ای راماجی.»

راما پرسید:

«مرا بگوی، ای فرزانهٔ بلنداندیش، آفرینشی که به گفتهٔ شما در تهیگی بی‌جنبش است، چگونه می‌تواند از برهمن والاگهر پدید آمده باشد؟»

واسیشتا پاسخ داد:

«ای شاهزاده، سرشت برهمن به گونه‌ای است که درحالی که گفته می‌شود هر نیرویی در آن جای گزیده است، همهٔ نیروها پیوسته در آن جریان دارند. در "او"ست هر باشنده و ناباشنده‌ای؛ در "او"ست، همچنین، یگانگی، دوگانگی، چندگانگی، و آغاز و انجام هر چیزی.»

راما گفت:

«آقای گرامی، سخنان شما بسی پیچیده است و من نمی‌توانم درونمایه‌اش را دریابم. هر چیزی که از چیزی پدید آمده باشد، به گونه‌ای دگرگونی‌ناپذیر، سرشتی همچون سرشت سازنده‌اش دارد: روشنا از روشنا پدید می‌آید، ذرت از ذرت، و آدمی از آدمی. بنابراین، چیزی که از "روح" دگرگونی‌ناپذیر آفریده شده باشد، می‌بایست سرشتی مینوی و دگرگونی‌ناپذیر داشته باشد. وانگهی، "روح" هوشمند خدا پاک و بی‌آلایش است، درحالی که همهٔ آفرینش ناسره و از مادهٔ ستنبه است.»

با شنیدن این سخنان، فرزانهٔ بزرگ پاسخ داد:

«راما ـ جی، برهمن سراپا پاکی است و در او هیچ ناپاکی‌ای نیست: خیزابه‌های گذرنده بر رویه شاید که آلوده باشند، اما آنها آب‌های ژرف را آلوده نمی‌کنند.»

راما بار دیگر به سخن آمد و گفت:

«آقا، برهمن فارغ از اندوه است، حال آنکه جهان پر از اندوه است. بنابراین، نمی‌توانم شما را دریابم، هنگامی که می‌گویید این زادهٔ آن است.»

فرزانهٔ بزرگ واسیشتا، با شنیدن این سخنان راما خاموش ماند و به

شیوهٔ زیر در درون خویش اندیشید که:

بر آموختگان خطا نیست که از چیزی شک داشته باشند، تا زمانی که آن چیز چندان که خرسندی یابند، برای‌شان بازنموده شود. مورد شاهزاده راما هم‌چنین است. اما نیمه‌ـآموختگان درخور دریافت آموزه‌های مینوی نیستند، زیرا دیدگاه آنان از جهان به چشم آمدنی، که تنها به چیزهای پیش رو مشغول است، بر نمایندهٔ انگیزهٔ پریشانی ایشان است.

کسی که راهی دیدن روشنای فراحسی است و دربارهٔ راستی‌های مینوی بینش درونی روشنی دارد، برای کامجویی‌های حسی هیچ خواهشی را احساس نمی‌کند و، با گذشت زمان، به بینش آن می‌رسد که **برهمن** همه چیز است در همه چیز.

شاگرد می‌بایست نخست از راه ژرف‌نگری، سرسپردگی، و به جای آوردن **یوگا** و آزمودن روزانهٔ آرام‌ـباش و خویشتن‌داری، آماده و پاک گردد و، آنگاه، به آرامی رازـآشنای باور خم **برهمن**[17] گردد.

آنگاه، واسیشتا پاسخ داد:

«در پایان این سخنرانی‌ها تو را، ای راما، خواهم گفت که آیا پس‌ماندهٔ بدن‌های زمخت را می‌توان به **برهمن** بستگی داد یا نه. برای اکنون، بدان که **برهمن** توانای مطلق است و فراگیر همه چیز و، خود، همه چیز؛ به همان معنا که شعبده‌بازان، با تمرین‌های گوناگون، چیزهای بسیاری را پیش روی آدمیان می‌آورند که نماهایی ناراستین بیش نیستند.

هرچه روی می‌دهد ـ به هر چهره یا در هر زمان یا جایگاهی ـ چیزی نیست جز سایه‌ای از "یگانه راستیِ به خود هستی‌دار." بدین سان، جای شگفتی نیست که تو، ای راما، از هر دگرگونی رخ‌دهنده در زمان یا جایگاه ـ که به راستی سرشار از روح خداست و نمایی از هستی بی‌کران او را می‌نماید ـ در شگفت شوی.

دلیلی ندارد که با هر دگرگونی روی‌دهنده در طبیعت، یا فراز و نشیب‌های بخت، بر خود بپیچد. خداوند نیروهای جای گرفته در درون خویش را می‌نماید و، دریا، خیزابه‌های درون خویش را.

ذهنی که بینندهٔ راستی‌های مینوی است، با آرامشی برتر بر جای می‌ایستد و از رخدادهای تلخ بیرونی نومید نمی‌گردد، بدانجا می‌رسد که روشنایی "راستی" را درون خویش به نگر می‌آورد.

هرجا چراغی هست، روشنایی نیز هست؛ و خورشید تابان، روز را نیز با خود همراه می‌آورد. جایی که گلی هست، بوی آن نیز هست؛ بدین‌سان، جایی که "روح" زنده هست، دانش جهان نیز هست.

جهان پدیدار پیرامون ذهن چون روشنایی آذرخش است. ذهن‌های آدمیان ـ درست همان هنگامی که زاده می‌شوند ـ برخوردار از این دانش هستند. آنگاه، اندک اندک که بالیدگی پیدا کردند، خود را در درازای زمان، به سیمای این جنگل پرگنجای دنیا گسترش می‌دهند.

اوه، راماجی، بدان که با آن که هنگام سخن گفتن از جهان بیشتر زمان‌ها می‌گویند "همهٔ این‌ها برساختهٔ خداست یا از خدا می‌آید" با حس مینوی که بنگری، چنین نیست. هیچ دگرگونی یا بخش‌بندی و هیچ بستگی‌ای که به زمان یا جایگاه برگردد، نمی‌تواند نمایندهٔ "سرشت برتر" باشد که دگرگونی‌ناپذیر، مطلق، و ابدی است؛ همچنین، در "او" هیچ آشکار شدن و نهان‌گشتنی‌رامندارد.

ذهن، از آنجا که از "او" زاد برگرفته‌ست، هم نیرو و هم هوشمندی خرد "او" را داراست و با به‌کار گرفته شدن پیوسته، توانایی یافته تا هدف به خواست آمده‌اش را به انجام رساند.

زبان بازی است که بگوییم یک زبانهٔ آتش از زبانه‌ای دیگر پدید آمده و چنین گفتنی درست نیست. یک زبانهٔ آتش نه یک پی‌آمد زبانه‌ای دیگر، که خود آتش است.

این هم که "یکی آفرینندهٔ دیگری است"، از کج‌اندیشی است؛ زیرا برهمن

یگانه از آنجا که بی‌کران است، نمی‌تواند چیزی جز "خودش" را پدید آورد.

برهمن خرد (بودهی Buddhi) است. برهمن ذهن (ماناس Manas) است. او هوشمندی (چیت Chit) است. سراپای گیتی برهمن است، اما او فراسوی همهٔ این‌هاست. راستی این است که جهان هستنده نیست، زیرا که همه چیز تنها برهمن است.

راستیِ هست بودن برهمن را که کنار زنیم، هست بودن هیچ چیزی را نمی‌توان به گونهٔ مطلق، بی‌چون و چرا دانست و، بدین‌سان، "شروتی"[۱۸] مقدس می‌گوید که: "به درستی، همه چیز برهمن است."

ای راما، در واپسین سخنرانی‌هایم این چیزها را برایت روشن خواهم کرد: پیش از آنکه بتوانی آنها را دریابی، نیاز داری چیزهای بیشتری بدانی.

همچنان که یک شمشیر با شمشیری دیگر زده می‌شود و چهره‌ای از گِل را با چهرهٔ دیگری پاک می‌کنند[۱۹]، و همان‌گونه که یک زهر با زهر دیگری از میان برداشته می‌شود، نابود شدن دانش کج‌بینانه با دانشی که بالاتر باشد، برای ذهن شادمانی به‌بار می‌آورد.

هست بودن جهان، به درستی، به هست بودن برهمن برتر بستگی دارد: این را بدان و نپرس که این هستی از کجا یا کی به‌بار آمد.

ای راما، بر خواهش‌هایت پیروز شو و ناوابستگی و چشم‌پوشی از جهان را به پشتکار آر. همگی هستی‌داران زنده را خدمت گزار؛ به آموزه‌ها گوش فراده، و یکسواندیش باش.

چون آنان مباش که چون مرغانی که از این شاخه می‌پرند تا روی شاخهٔ دیگری فرود آیند، از بدنی به بدن دیگر، و از این بازپیدایی به بازپیدایی دیگر ره می‌برند، درحالی که در دام هزار چهرهٔ خواهش‌های دروغین‌شان گرفتارند و به چهره‌های گوناگون آرزوهاشان دگردیسی می‌یابند.

ای راما، بکوش تا همگی تشنگی‌های زمینی‌ات را فرونشانی و با جان و دل سرسپردهٔ یوگای مقدس باشی.»

■ سخنرانی سوم ■

واسیشتای پاکدین گفتارش را چنین پی گرفت:

«تو می‌بایست همهٔ چیزها را در پرتوی شاستراها[۲۰] به‌نگر آورده و در درونمایهٔ راستین‌شان فرورو‌ی؛ همچنین، از آموزه‌های استادت بهره خواهی برد آنگاه که در ذهنت بر آنها ژرف اندیشه می‌کنی و پیوسته در آزمودن نادیده گرفتن به چشم‌آمدنی‌ها پایدار می‌مانی تا آن که به شناخت 'آن' به چشم نیامدنی رهنمون گردی.

به این حالت مقدس آنگاه می‌توانی رسی که بی‌خواهش باشی، با شاستراها و درون‌مایه‌شان آشنایی داشته باشی، به سخنان آموزگاران مینوی گوش جان سپاری، و خود باور داشته باشی که می‌توانی به آن رسی.»

راما گفت:

«ای آموزگار پاکدین، شما آفتابِ روز دانستگی مینوی هستید و آتشی پرزبانه در شبِ دودلی‌هایم؛ شما ماهی هستید که داغی نادانی‌ام را خنکا می‌بخشید! مرا چندان نیکویی نمایید که برایم برشمارید از میان سرسپرده‌ای که در میان مردمان می‌زید، و آن که در خلوت می‌زید، کدامیک شایستگی بالاتری دارد؟»

واسیشتا پاسخ داد:

«این‌ها هردو جان‌هایی خوشبخت هستند، تا زمانی که از آرامش درونی‌شان شادی می‌جویند.

کسی که ویژگی‌ها و چگونگی‌های چیزها را از همه رو جدا از "روح" می‌بیند، درون خویش از آرامش نیاشفته‌ای شادی می‌جوید که سمادهی [۲۱] نامیده می‌شود.

آن که ذهنی روشن شده دارد و در دنیا کار و تلاش می‌کند، و فرزانهٔ روشنی‌یافته‌ای که در خلوت سرایش می‌نشیند، هردو در آرامش مینوی‌شان چون یکدیگر هستند و بی‌شک به حالت فرخندگی رسیده‌اند.

این پویایی یا خموشی ذهن است که تنها انگیزهٔ ناآرامی یا آرامش آدمیان است. خواهش‌های روی‌هم انباشته ذهن را با پوچی سرشت‌شان پر می‌کنند و، این، دلیل همهٔ تلخکامی‌های ذهن آدمی است. بنابراین، بکوش تا همواره حس‌های این جهانی خویش را کمرنگ گردانی.

هنگامی که ذهن در پی آزادی‌اش از بیم‌ها، اندوهها، و خواهش‌ها، آرام است و جان در آسایش به سر می‌برد، این حال سمادهی نامیده می‌شود.

خانه‌های خانه‌دارانی که ذهن‌های نیکوگردانیده دارند و حس خودخواهی‌شان را بیرون رانده‌اند، ای راماجی، به همان خوبی جنگل‌های دورافتاده، غارهای خنک، و درختزاران پرآرامش است.

مردانی که ذهن آرام گشته دارند، ساختمان‌های زیبا و درخشان شهرها را با همان روشنایی بی‌گروشی به دیده می‌آرند که درختان یک جنگل را. کسی که، در ژرفای درونی، "روح" اش، جهان را در خدا می‌بیند، راستی این است که "سرور" آدمیان است!

برای یوگیانی که ذهن نیکوگردانده دارند، جهان سراپا آرامش است و این جان ایزدی است که خود را به چهرهٔ "من" آدمی و نیز، خود جهان آشکار می‌کند.

کسی که با همت گماردن در یوگا، راستی‌پیشگی، و خدمتگزاری به استاد به آرامش درونی و برونی رسیده و جهان را از خدا جدایی‌ناپذیر می‌بیند، هرجا که هست، از سمادهی شادی می‌برد؛ اما کسی که گونه‌گونی‌ها

را به نگرش آورده و "من" خویش را از دیگران جدا می‌کند[۲۲]، همیشه، تو گویی از خیزابه‌های لغزان دریا، به بالا و پایین افکنده می‌شود.

کسی که با اندام‌های کنش‌گری خویش کارهای خود را انجام داده، اما ذهن خویش را در ژرف‌نگری درونی پایدار ساخته و از شادی یا اندوه تکان نمی‌خورد، اوست که یوگی بی‌خواهش خوانده می‌شود.

کسی که با آرامش به راه جهان می‌نگرد ـ چه هنگامی که این راه می‌گذرد و چه هنگامی که خود را در برابر او نمایان می‌سازد ـ و در فراز و نشیب‌های جهان لبخند به لب می‌ماند، اوست که یوگی بی‌خواهش خوانده می‌شود.

کسی که دارای چنین یکساندلی و بی‌خواهشی مینوی‌ای باشد، به بالاترین پایهٔ کمال می‌رسد و به افت و خیزهای بیرونی یا زندگی و مرگش بهایی نمی‌دهد.

او به دیده نمی‌آورد که در خانه‌اش میان آراستگی‌های باشکوه می‌زید؛ یا از میان مردم کناره گرفته و خاموشی گزیده است ـ این‌ها همه برای او یکی هستند.

دانش این که در خداوند همه چیز خاموش می‌شود، تنها راه درمان این کج‌باوری آدمی است که خود را چون یک زیوندهٔ دوگانه و جدا می‌شمرد، و راستی که تنها دستمایهٔ رسیدن به آرامش ذهن همین است.

همچنان که برکنار زدن کج‌پنداری دیدن مار در تکه‌ای ریسمان[۲۳] شادی و آرامی در پی می‌آورد، فرو نشاندن خودبینی در آتمن ذهن را با آرامش و یکساندلی همراه می‌گرداند.

همان‌گونه که از آغوش یک سنگ تخمی جوانه نمی‌زند از چنین جان برنیاشفته‌ای نیز هیچ آرزویی سر برنمی‌آورد و چنین خواهش‌هایی، اگر هم که در درازای زمان روی نمودند، خیزابه‌های دریا را مانند که افت و خیزشان در یک چیز است.

همه چیز اوست و سراپای گیتی، بی‌هیچ بخشابخشی یا دوگانگی‌ای، درون اوست: پس، اوست که با خداوند برتر یکی است.

ذهن که از ناپایداری خوی شده و از تب و تاب‌اش رها گردید، آرامی پیشین‌اش را باز به دست می‌آورد، همان سان که خیزابه‌ای غلتان به حالتی از ایستایی آب بازمی‌گردد که پیشتر از آن برخاسته بود.

ذهن‌های کوچک را آزمندی‌شان می‌کشاند تا در میانهٔ چیزهای اندوه‌آور زیست کنند، چونان حشراتی که در باتلاق این سو و آن سو می‌روند. و تیره‌بختی‌شان آنان را وامی‌دارد تا تنها بر چیزهای بیرونی رشک برده و آتمن برتر درونی را نادیده انگارند.

اوه، راماجی، چون بدانجا رسیدی که در پرتو یوگای مقدس که خودِ مانو[۲۴]ی [Manu] پرفروغ آن را آموزش داده، به بزرگی آتمن‌ات پی بری، درخواهی یافت که در بزرگی، از اقیانوس و آسمان که کنار هم نهاده شوند، فراتر می‌روی.

ای شاهزادهٔ دلبند، نیک بدان که خورشید هرگز، پس از فرو شدن در این سو، از افشاندن روشنایی‌اش به دیگرسو دست نمی‌کشد. و به همین‌گونه، هوشمندی تو هم، حتا پس از آن که راه این زندگی‌اش را پیمود، روشنایی‌افکنی‌اش را پی می‌گیرد.

فیل را ـ ذهن‌ات را ـ از زنجیرهای خودبینی و بندهای آزمندی رهایی بخش.»

واسیشتای فرزانه که سخنرانی‌اش را در همایش شاهانه به پایان رساند، ارج‌گزارانه همگی یوگیان و برهماچاریان[۲۵] را کرنش نمود. فرمانروا و پسران او فرزانه را گل و آب و پیشکشی آوردند. دِواها[۲۶] نیز گل‌های آسمانی فروپاشدندند و همگی فریاد برآوردند «جی! جی! جی!»

■ سخنرانی چهارم ■

راما گفت:

«آقا! ما چگونه می‌توانیم "چرخ پندار دروغین"[۲۷۰] را که با چرخش تندش پیوسته بر یکایک بخش‌های تن ما دندان می‌ساید بازایستانیم؟»

واسیشتا پاسخ داد:

«بدان، راما، که جهان چرخنده همان چرخ بزرگ است و دل آدمی توپی یا محورش؛ محوری که با چرخش پیوسته‌اش همهٔ این پندارهای دروغین گرد پیرامون خود را به بار می‌آورد. چنانچه، به کمک تلاش مردانه‌ات، بتوانی این جنبش دل خود را به پایان رسانی، در دم، چرخش گردونهٔ دروغ را بازخواهی ایستاند.

جانی که این اندرز را از یاد می‌برد، دستخوش تلخکامی‌های بسیار می‌گردد، درحالی که اگر آن را همیشه در برابر ذهن داشته باشد، همهٔ دشواری‌های این جهان می‌پرهیزد.

جهان درون ذهن است، چون هوایی که در دیگی سربسته گرفتارست؛ و تو همواره گرفتار این جهان ذهنی پندارین خود هستی، چون پشه‌ای که درگودی دیگ به دام افتاده‌ست. تنها با گریختن از این دیواره است که می‌توانی آزادی‌ات را به دست آری، چونان پشه‌ای که به هوای باز پر می‌کشد.

راه رها شدن از این پندار دروغین ذهن این است که نگرش خود را بر دم کنونی فشرده سازی، نه آن که اندیشه‌هایت را روی رخدادهای گذشته یا

آینده یکسو سازی. ذهن تا زمانی که دمهٔ خواهش‌ها و رؤیاهایش روی آن سایه افکنده، غبارآلود است؛ همان‌گونه که هوا گرفته است، تا زمانی که ابرهای لغزان خود را روی آن پهن می‌کنند.

ذهن که در کار و کنش بود، به گونه‌ای گریزناپذیر، با زنجیره‌ای از خواهش‌ها و حس شادکامی یا رنج همراه می‌گردد. در این حال، احساس‌ها و هواها گرد آن می‌چرخند، همچون کرکسانی که پیرامون یک آتشفشان خاموش به چشم می‌رسند.

ذهن‌های خردمندان بی‌کار و کنش نیست، اما از آنجا که ایشان از پوچی چیزهای زمینی آگاهی دارند، از احساساتی که ذهن را به بند می‌کشند، رها هستند.

آنها از راه دانستن سرشت چیزها و آشنایی با آموزه‌های ادهیاتمایوگا که در همایش‌های رهروانی (سات ـ سنگ) و جاهای دیگر گفته می‌شود ـ و نیز از راه همنشینی با "آموزگار" و تمرین به خوی درآمدهٔ ژرف‌نگری و زندگی ناخودخواهانه ـ دریافته‌اند که چیزهای این جهانی بی‌اساس و ناپایدارند.

بر کنار گذار هرآنچه را که به حس درمی‌آید یا می‌توانی از راه کنش خودت به دست آری؛ از هیچ چیز این جهان تأثیر نپذیر و بدان ناوابسته‌مان؛ تنها بر آگاهی‌ای که از بی‌نهایت داری، پشت بدار. بیدار که هستی، خود را خفته به اندیشه آر و خویشتن را همچون همه چیز، و یکی با روح برتر به دیده‌آور.

ما بزرگ می‌داریم یوگیانی را که سرشت "خود" را شناخته و به حالت مینوی اندر رسیده‌اند.

روشنای ستارگان آسمانی در برابر نمای آتمن چون روشنی شمع رنگ می‌بازد و درخشش خورشید تنها چون سوسویی است در برابر آن "فروغ فروغ‌ها".

کسی که راستی خداوند را می‌داند، از بهر این که خویش را فدا ساخته، و از

بهر شکوهمندی جان‌اش ـ که از آزمودن پیوستهٔ یوگا به دست آمده ـ در میان آدمیان سرآمد می‌ایستد.

و آنان که این راستی را نمی‌دانند، فرومایه‌تر از استران و دیگر جانوران بی‌خردی هستند که روی زمین می‌زیند، و پست‌تر از حشرات پستی که در سوراخ‌های زیرزمین زندگی می‌کنند. آنان روی کردنی نیستند و بهترین کار، دوری گزیدن از آنهاست.

انسانی که مینوی نباشد، روی زمین این‌سو و آن‌سو پرت می‌شود و چون تن مرده‌ای که با زبانه‌های هیزم مرده‌سوزانی می‌سوزد، به کام زبانه نگرانی‌هایش فرومی‌رود؛ اما یوگی از نامیرایی‌اش آگاه است.

درنگ مورز و با تبر تیز خود فرو افکن تنهٔ تناور درخت زهرآلود آز را که چون کوهی بلند از تهیای دل سر برمی‌آورد؛ ببر شاخه‌های چشمداشت را، و هرس کن برگ‌های خواهش را، بی‌آنکه کمترین درنگی ورزی.

راما، گوش فراده به آنچه که پدربزرگت یوگیان آینده را می‌گوید! جان آززدهٔ سیاه‌روی را از آشیان دل به دور ران؛ جانی را که شیفته گشت زدن در جاهای ناپاک است، چون کرکسانی که بر فراز گورستانها چرخ می‌زنند و کلاغانی که بر جاهای آلوده چمباتمه می‌زنند و با خوردن از گوشت لاشه‌های درحال پوسیدن بر خود گوشت می‌افزایند. چنین جانی لبانش را، چون منقار یک کلاغ، تنها برای آسیب رساندن به دیگران به کار می‌برد.

آزمندی را چون مار زهرآگینی دان که هواخواهانش را با زهر نفس‌اش نابود می‌کند. همین مار است که آدمیان را به تباهی کشانده است. "همه‌گانگی یکتا" که در ذهن جای داشته باشد، برای اندوه از دست دادن چیزها جایی باقی نمی‌ماند.

کسی که پاک می‌اندیشد و سرسپردهٔ خداست و تنها با مردانی همراه می‌شود که دانش «یوگا» را پراکنده می‌سازند، به زیبایی قوی سپیدی است که با بال‌های سفید ـ برفی‌اش، پرندگان دلنشین دریاچه‌ای سیمگون را

همراهی می‌کند.

آن جان‌های زنده‌ای که پشت‌گرم چیزهای دنیایی هستند، هرگز مزهٔ برکت راستین را نخواهند چشید. در ذهن هر خواهش یا اندیشه‌ای باشد، جانِ زاده‌شونده در زندگی سپسین نیز همان‌گونه خواهد بود. از این روست که نوزاد تازه به جهان آمده بیشتر زمان‌ها در خواب است، زیرا گمان می‌کند که مرده است و در شبانگاه مرگش غنوده است.

دنبال کردن نیکی و شکوهمندی آدمی را نیکو و شکوهمند می‌سازد، همان‌گونه که کسی که دلش می‌خواهد ایندرا[۲۸] باشد، در خوابش رویای سروری خویش را می‌بیند.

یک بررسی همه رویهٔ "راستی"، در دم، خواهش‌هایت را فرومی‌نشاند و خاموشی خواهش‌ها ذهنت را به آرامش خواهد آورد. بلندای دانایی آن است که بدانی در این جهان هیچ چیز راستینی نیست.

آنان که یوگیان راستین‌اند و پیشرفت مینوی خویش را برتر از همهٔ دیگر بهره‌ها می‌دانند، آنان که «راستی» را و «آموزگار» را بزرگ داشته و از بهر «راستی» ایزدی زندگی می‌کنند، توان آن را دارند که سرنوشت‌هاشان را زیر فرمان گیرند. آنان می‌توانند همهٔ بدی‌ها را به نیکی دگر ساخته و نیکبختی‌شان را همیشگی سازند.

آن کسی درست می‌بیند که توانایی بی‌کران "روح مطلق" را درون خویش به دیده آورده و در همان جای می‌گیرد. آن کسی درست می‌فهمد که جانش را چون رشته‌ای می‌بیند که بر آن همهٔ چیزها، چون گوهرهایی بر یک گردن‌بند، آویخته شده‌اند.

آن کسی حق با اوست که آنچه را که مردمان "سه دنیا"[۲۹] می‌نامند، چیزی جز پاره‌ای از "خویشتن" خودش نمی‌بیند که در خیزابه‌های دریا پیرامون او بالا و پایین می‌لغزند.

آن کسی خردمند است که بر دنیای سست‌مایه به دیدهٔ ترحم می‌نگرد و به

زمین، چون خواهر کوچکش، مهربانی می‌کند.»

هنگام نماز شامگاهی که فرارسید، فرزانهٔ پاکدین سخنرانی‌اش را پایان داد و انجمنیان، همگی برخاسته و بر "تخت وایاسا"[۳۰] گل فردباریدند، درحالی که فریاد می‌کشیدند: "جی! جی! جی!"

■ سخنرانی پنجم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«خودخواهی "من"گرایانه ریشهٔ شاخه‌های فراخ‌گستر بدبختی است که جنگل این جهان را فراگرفته‌ست؛ جنگلی که درختانش شکوفه‌های زهرآگین خواهش‌ها را به بار می‌آرند. پس، ای راما، پایمردی کن تا از دلت حس خودخواهی را دور گردانی، و بکوش تا همواره با درنگر داشتن این که "من" کوچک[۳۱]ات هیچ است، شادمانی را از آن خود گردانی.

کژی خودبینی چون ابری تیره است که گِردهٔ درخشان ماه راستی را در تیرگی‌اش پنهان ساخته و پرتوهای درخشان ماه را زدیده‌ها ناپدید می‌گرداند. تأثیر حسی راستین بودن جهان را هرگز نمی‌توان زدود، مگر با آگاهی از ناراستی آن که از شاستراها و از لبان سخن‌گوی یک آموزگار[۳۲] فرامی‌آید.

کسی که ناراستین بودن جهان و راستین بودن برهمن را اندرز می‌دهد، نادانان او را دست انداخته و دیوانه می‌خوانند. خردمند و نادان نمی‌توانند روی این امر هم‌سخن شوند، همان‌گونه که مست و هشیار نمی‌توانند به هم آیند.

انسان هوشمند را ـ کسی را که باور دارد روح برتر و همیشه خاموش برهمن گیتی را پر کرده است ـ نمی‌توان از باور استوارش دور کرد.

نادان از "روح" هیچ اندیشه‌ای ندارد و بدان باور است که "ماده" انگیزه و

انگیزانندهٔ ساخت خودش می‌باشد. اما، خردمند در همهٔ چهره‌های آفرینش "روح" فراگستر را می‌بیند: به همان سان که در همهٔ زیورهای ساخته شده از زر، زر می‌بیند.

تنها یک "هستی یگانه" است که براستی هستی دارد، خود "راستی" و "آگاهی" است، و سرشت هوشمندی ناب و آرام می‌باشد. او پاک و بی‌آلایش است و فراگیرندهٔ همه چیز؛ خاموش است و بی‌افت و خیز.

از آنجا که "او" کمال آرامی و خاموشی است، هیچ چیزی را هستی‌دار نمی‌بیند و این آفریده‌ها، در پایهٔ نراتی از شکوه "خودش"، در آن آرامی گذران می‌یابند.

همچنانکه ستارگان در تاریکی شب پردرخشش می‌نمایند و خیزابه‌ها بر رویهٔ آب‌ها شناور به دیده می‌آیند، همین پدیده‌ها نیز در راستی "او" آشکار می‌گردند.

آن "هستی‌دار" برای هستی خویش هر آماجی را خواهان باشد، بی‌درنگ خود را به همان آماج به پندار می‌آرد. تنها این "هوشمندی" است که "راستیِ" راستین است و دیگر هوشمندی‌ها تنها آنگاه راستی می‌یابند که نشسته و برخاسته در او به دیده آیند.

ما نیز از "ارادهٔ" ایزدی برخاسته‌ایم، بدین‌سان، در هیچیک از ما نه راستی هست و نه نه ـ راستی.

حالت بیداری آن "هوشمندی" جهان پدیده‌ها نامیده می‌شود و حالت خواب و آسودگی‌اش آن چیزی است که با نام رستگاری، آزادی، یا رهایی از رنج می‌شناسیم.

اکنون، گوش فرا ده، ای راما، و من ترا خواهم گفت که این "راستی" ایزدی را چگونه می‌توانی بشناسی.

انسان بلند-اندیش جهان را چون پر کاهی می‌شمرد و همگی دغدغه‌هایش را چون ماری که پوست می‌اندازد، به دور می‌افکند.

کسی که ذهن‌اش با فروغ شگفت‌انگیز راستی پاک ادهیاتما یوگا روشن شده است، همواره با قوانین مینوی پشتیبانی می‌شود، همان‌گونه که تخم خاکی[۳۳] همواره زیر پشتیبانی 'برهما' است.

ای راما، با باور و ارج‌گذاری، نزد 'آموزگار' آی و همه روزه 'راستی' پاک را از لبانش بشنو و او را با همهٔ توانت خدمت گزار. سرانجام روزی خواهد رسید که 'راستی' ایزدی را از او دریافت داری و به رهایی رسی.

کسانی که از بهر ارزش‌هاشان پرآوازه‌اند، توان آن را دارند که سرنوشت خویش را زیر فرمان گرفته، بدی‌هاشان را به نیکویی دگر کنند و فرخندگی‌هاشان را همیشگی سازند. تنها آنانی که از حالت کنونی‌شان ناخرسندند و آرزو می‌کنند خود را شایستگی بیشتری بخشند، و کسانی که تشنهٔ دانش‌اند و، 'راستی' را می‌جویند، به درستی انسان نامیده می‌شوند؛ دیگران همگی جز جانوران نیستند.

خواهش تکراری کام جستن از آنچه که کام بخشیده، و دیدن آنچه که دیده شده، راه رهایی یافتن از این جهان نبوده و تنها به زاده شدن‌های بسیاری می‌انجامد که از بهر همان کامجویی‌ها روی می‌دهند.

بگذار شکوه ارزش‌هایت، چشم‌پوشی‌ات از کامجویی‌ها، رفتار بسیار نیکو و خدمت گزاردن ناخودخواهانه‌ات به آدمیان، و سرسپردگی‌ای که به خداوندِ درون 'آموزگار'ات داری، در جهان آهنگی نو درافکند، زیرا کسانی که کردار نیک‌شان چون پرتوهای ماه می‌درخشد، گفته می‌شود که براستی زنده‌اند؛ حال آن که همهٔ دیگر کسانی که با چنین آوازه‌ای شناخته نیستند، مردگانی هستند که هنوز جان دارند.

میوه‌های کمال آنگاه می‌رسند که بردبارانه دستورهای شاستراها را دنبال کرده و مانترام[۳۴]های داده شده در آیین‌های آشناسازی [Initiation] را ـ بی‌آنکه برای کامیابی شتاب کنی ـ بازگویی و خویشتن را از راه تمرین دیرپای بالندگی بخشی.

دارا بودن و خوبرویی و پرآوازگی یا توانگری به چه کار می‌ایند، اگر که با دانش "راستی" همراه نباشند؟ بنابراین، خویشت را یکسره به آموختن سپار و دارایی‌های این جهانی را چیزی جز آشغال‌های بی‌ارزش مشمر.

برخیز و پادزهری را بپذیر که کهن‌سالی و مرگ را وامی‌گرداند و آن، دانستن این راستی است که همهٔ دارایی‌ها و پیشرفت‌ها، و همهٔ شادی‌ها و شادکامی‌ها، برای ما زیان‌بخش‌اند و می‌روند تا تنها چارچوب‌های ما را بیمار گردانده و سستی بخشند؛ مگر آن که تنها در راه نیکویی رساندن به دیگران به‌کار گرفته شوند.

اینک، راماجی، این است بالاترین راستی‌ها. فرخنده‌اند کسانی که آن را می‌شنوند و ۳ بار فرخنده‌تر، کسانی که در یافتن آن را آماجی برای زندگی‌شان می‌نهند:

برهمن خرد است،
برهمن ذهن است،
برهمن هوشمندی است.
اوست ماده، اوست آوا
اوست اصل نهفته در همهٔ چیزها.
سراپای جهان برهمن است،
و، با این همه، او از همهٔ این‌ها بی‌نهایت، فراتر است.
راستی این است که جهان چیزی پوچ است
زیرا همه چیز، تنها، برهمن است.

جز راستیِ هست بودن برهمن، هیچ چیزی نیست که بتوان راستی‌اش را به گونهٔ مطلق برهان‌آوری کرد و این یک راستی نموده شده در نوشتارهای پاک است که می‌گوید: "به درستی که همه چیز برهمن است."

بپرهیز از این نمایش بزرگ جهانی که دیده را بس ارزشمند می‌نماید، اما آن را که آزمودی، بیهوده می‌یابی. این جهان پرسه‌گاه اژدهایان خواهش است

که از زهر شهوت‌هاشان کف بر لب می‌آورند.

بکوش تا خواهشت را فرونشانی، آنگاه همهٔ دشواری‌ها را از سر باز خواهی کرد؛ از اندیشیدن به یک چیز دست کش، و خواهشی که بدان داری، به خودی خود ناپدید خواهد شد. حتی پایمال کردن یک گل با کوششی همراه است، اما نابود کردن خواهشت به هیچ کوششی نیاز ندارد، زیرا که خواهشت به اندیشه‌گری تو نیاز دارد و بی‌آن به خودی خود رنگ خواهد باخت.

برای دردست گرفتن یک گل می‌بایست دستت را بگشایی، اما برای نابود کردن خواهش‌های زودگذر و دروغین خویش نیاز به انجام هیچ کاری نداری.

اندیشه‌هایت که از چیزها برکنار و روی آتمن فشرده داشته شوند، توان آن را خواهی یافت که به انجام آری کاری را که انجامش برای دیگران ناشدنی است.

همهٔ همّ و غم زندگی‌های ما این است که بخواهیم و کاری انجام دهیم، و سپس باردیگر به خواهش‌گری بازگردیم؛ اما همین که همگی خواهش‌گری‌های بی‌تابانه از ذهن ریشه‌کن شدند، ذهن از همهٔ شورزدگی‌ها رهایی می‌یابد.

با دست شستن از پشت‌گرمی شیفته‌واری که بر پدیده‌های به چشم آمدنی داری، این چیزها را رها کن و چسبیده به این آگاهی بمان که "من بی‌نهایت هستم".

تا زمانی که اندیشهٔ خواستنی بودن یک چیز و خواستنی نبودن چیزی دیگر از ذهن پاک نشده، رسیدن به آرامش و شکوه یکسانذلی همان اندازه دشوار است که گذر پرتوهای ماه از آسمانی ابری.

خواهش‌ها و ناخواهی‌های ما دو میمون‌اند که در درخت دل‌هامان زندگی می‌کنند. تا زمانی که آنها درخت را با تنه زدن‌ها و تکان دادن‌هاشان می‌لرزانند و آشفته می‌سازند، برای آن آسایشی نخواهد بود.

■ سخنرانی ششم ■

شاهزاده راما گفت:

«آقای ارجمند، شما با رازهای همه چیز آشنایید. در سینهٔ من دودلی بزرگی هست که چون خیزابه‌ای در دریا، موج می‌زند. آقا، چگونه است که هر پلیدی‌ای می‌تواند به ذهن بچسبد، درحالی که ذهن در پاکی بی‌پایان "روح مطلق"، برهمن، جای گرفته‌ست که به مرز زمان و جایگاه درنمی‌آید؟

به زبان دیگر، از آنجا که جز آن "باشندهٔ مینوی" چیزی دیگری نیست ـ هرگز نبوده و هرگز نخواهد بود، هر چیزی ـ چنین ناپاکی‌ای، چگونه و از کجا می‌تواند در "او" پدیدار شده باشد؟»

واسیشتا پاسخ داد:

«خوب گفتی، شاهزادهٔ دلبند! می‌بینم که بینش تو به راه رهایی نزدیک می‌شود و دارد شهد شکوفه‌های باغ بهشت را برمی‌کشد. با این همه، اکنون زمان درست آن نیست که چنین پرسشی را پیش کشی. آن را زمانی می‌توانی بپرسی که من به پایان مایهٔ سخنانم رسیده باشم.

اکنون بهترین کار آن است که ذهن را کاوش کرده و به سرشت کردارها و کنش‌گری‌هایش درنگریم که می‌روند تا زاده شدن‌های پیاپی آدمیان را در پی آورند. ذهن خود را با اندیشه‌گری بر چیزهای خواستنی شادکامی می‌بخشد؛ آنگاه، سرشت آنها را که به خود کشید، به خود چهرهٔ همان چیزی را می‌گیرد که از آن شادکامی جسته بود.

تن که زیردست ذهن است، به همان قالبی ریخته می‌شود که ذهن بدان درآمده بود، همان‌گونه که باد عطر همان بسترهای گلی را می‌گیرد که از آن برمی‌گذرد.

حواس درونی‌تر، که تحریک شده‌اند، اندام‌های حسی بیرونی را به شیوه‌های خودشان به‌کار می‌اندازند. ذهن با خوهایش هر سرشتی را برگزیند، همان سرشت، به چهرهٔ دو کارکردش ـ همانا اراده و کنش ـ سر برون می‌آورد.

فرزانگان ادهیاتما یوگا ذهن را، در سرشت، خودِ برهمن می‌دانند و آرامش و خویشتنداری را تنها راه‌های رسیدن به آزادی اندرز می‌دهند.

شاگرد دلبند (در اینجا راما، با بیشترین بزرگداشت، بر پاهای فرزانهٔ پاکدین دست می‌کشد)، بدان که ذهن سرچشمهٔ همهٔ روش‌ها و قانون‌هاست، به همان سان که دریا سرچشمهٔ هر گوهری است که در ژرفای آغوشش پنهان گردیده است.

بنابراین، آن شاگردانی که دلبند گوروهاشان هستند و می‌خواهند از شادمانی به پستی نیامیختهٔ آنها کام جویند، می‌بایست ذهن‌هاشان را خوی دهند که در آن حالت شادمانه جای‌گیر گردند.

ذهنِ برگریخته از گردونهٔ جهان پدیده‌ها، از همهٔ دردها و شادکامی‌ها آزاد می‌شود؛ چون جوجهٔ بال و پر درآورده‌ای که به هوا بال می‌گشاید، درحالی که پوسته‌اش را افکنده و زمین را زیر پایش برجای نهاده است.

اوه، ای رامای نیالوده به گناه، برای جهان پدیده‌ها هیچ دلبستگی‌ای را نپروران. این کار یک وهم ناراستین است، پر از بیم‌ها و گروش‌های اهریمنی؛ پندار دروغینی که گسترده شده است تا ذهن بی‌نگرش را به دام اندازد.

دانایان آگاهی ما از جهان را پرده‌ای جادویی (مایا) شمرده‌اند و نمایی از نادانی؛ تنها یک اندیشه، و انگیزه و انگیزانندهٔ کردارهامان. بدان که این ذهن گول‌زننده است که جهان پدیدار را پیش رویت می‌گسترد؛ بنابراین، آن را از

این لکه پاک کن.

این ژرف‌نگری [meditation] یوگی پراندیشهٔ سرسپرده به یوگای مقدس است که تأثیرات حسی بیرونی را کمرنگ کرده و، با جدا ساختن جان از همهٔ چیزهای بیرونی، آن را در خود استوار و پرآرامش می‌دارد. بدین سال، ذهن دیگر به اندیشه‌های درونی و بیرونی‌اش بهایی نداده و حساسیت خود به شادکامی و رنج را از دست می‌دهد و در خویش شادمانی یگانگی را احساس می‌کند.

ذهنی که دستخوش خواهش‌های بی‌پایان است به آسمان روشنی می‌ماند که با ابرها تیره شده باشد؛ چنین جانی، ای راما، چون خفاش کور شده از روشنایی روز، رنج می‌کشد، تا آن که با رها شدن از پنداربافی‌های دروغین‌اش، به دانش خداوند راستین و خوشبختی بی‌پایان رهنمون شود.

همچنان که انسان رهیده از بیم ببری در جنگل، درون خود احساس آسودگی پیدا می‌کند، به همان سان، با نگریستن ژرف، در جهان هیچ بندی نخواهی یافت: پندارهای "این جهان است" و "این منم" تنها کج‌اندیشی‌های ذهن هستند.

خواب و خیال‌های ما زمانی بر ما سوار و زمانی دیگر پایین آمده و، به دلخواه، به خود چهره‌های گوناگونی را می‌گیرند؛ درست همان‌گونه که همسران ما در جوانی‌مان نقش زنان، و در پیرسالی‌مان نقش پرستاران ما را بازی می‌کنند.

کسی که ذهن‌اش به شادی جستن از شادکامی‌های جسمانی روی دارد، می‌بایست، پیش از هر کار، همگی این گرایش‌ها را برسنجد، همان سان که آدمی، گیاهان سمی را از دل خاک بیرون می‌کشد.

مرد خردمند و دلیری که می‌خواهد بر دشمنانش پیروز شود، می‌بایست، پیش از هر کار دیگری، تلاش کند تا دشمنان درونی ذهن و دل خویش را، به همراه اندام‌های تن‌اش، به زیر فرمان خویش آورد.

آن مردانی از همه داراترند که مردانگی فرمان راندن بـر ذهـن‌هاشان را داشته باشند، به جای آن که خود زیر فرمان آنها باشند.

من بزرگ می‌دارم مردان پاک و مـقدّسی را کـه اژدهـایان زشت‌پـیکر و ستنبه ذهن‌هاشان را که در غار دل‌هاشان حلقه زده‌اند، به زیر افکـنده و در آرامش و صـفای جانهاشان آرمیده باشند.

پادشاهان روی زمین در پایتخت‌های خاکی‌شان چندان خوشبخت نیستند که سروران شهرهای تن خودشان و آقایان ذهن‌های خودشان.

آدمی، چون پرنده‌ای فروافتاده به خیزابه‌های دریا، گرفتار دشواری‌های این جهان تاریک و دلتنگی‌آور است. بـنابرایـن، ای رامـا، چـون یک بـوفالو، ذهن‌ات را با تلاش خودت از گودال گول‌زنندهٔ این جهان بالا کش.

کسی که در این جهان ذهنش از شادی‌ها و اندوههای پیاپی، یا از فراز و نشیب‌های بیماری و مرگ، آشفته نیست، نه یک زیوندهٔ انسانی، کـه فـردی چون یکشا[۳۵] ها [Yaksha] ست.

این جهان از آن تو نیست، تو هم از این جهان نیستی؛ کـژی را بـه جـای راستی مگیر. هـرگز بـاور بـه اشـتباه گـزیدهٔ آن را در ذهـنت نـهروران کـه دارایی‌های گرانقدر و چیزهای دلنشین از آنِ تو هستند؛ زیرا هم خود تو و هم چیزهای دلنشین، هردو، برای شادی جستن «آنی» پدید آمده‌اید که «آفریننده» و «خداوندگار» برتر همه چیزهاست.

تا زمانی که نیکبختی همگان نیکبختی تو نشده است، تو تنها به زنجیرهای پاهایت خواهی افزود. حتی نیکبختی پـهنهٔ فـرمانروایـی خـودت نـیز پـندار دروغینی بیش نیست، ای شاهزاده، اگر که ویژه و برکنار از نیکبختی همگی هستی‌داران باشد.

آن «مهر بی‌کران» و «مهربانِ همیشه هست» را در پایهٔ جان خویش بستای و در آرامش بیارام و دیگران را آرام بخش.»

■ سخنرانی هفتم ■

شاهزاده راما گفت:

«آقای من، اکنون بفرما یک نادان چگونه می‌تواند به رهایی رسد ـ کسی که تنبل است، به پستی خوی کرده، و هرگز نه با یوگیان هم‌نشین بوده و نه هیچ دستور مینوی‌ای دریافت کرده است؟

واسیشتا پاسخ داد:

«ای راما، مرد نادان، کسی که هرگز به هیچیک از حالات یوگا نرسیده، از راه سدها بار زاده شدن، با جریان بازپیدایی [reincarnation] کشانده می‌شود تا آن که چنان رخ دهد که در این یا آن زندگی به روشنایی مینوی دست یابد؛ یا شاید چنان گردد که او از راه برخوردهایی که با مردان پاکدین دارد، ببیند که زندگی این جهانی دیگر او را خرسندی نمی‌بخشد؛ و این زمینهٔ یکی از گامه‌های یوگاست.

اوه، راماـجی، هواپرستی را نابود کن! این نخستین گامه است. چه سود از به کار بردن واژه‌های بسیار، آنگاه که چندتایی بس‌اند؟

خواهش‌مندی بزرگترین بند ما، و نبودش، آزادی همه‌سویهٔ ماست. آن که حس نیرومندی از خودخواهی دارد، هرگز از تلخکامی‌های زندگی آزاد نمی‌شود؛ نفی این احساس است که آزادی به‌بار می‌آورد.

کسانی که به کامجویی خو کرده و گرفتار آنند، نیکبختی نیروانا[۳۶] را چیزی نمی‌شمرند؛ آنان دنیاگرایی را بر نیکبختی نهایی دیگران برتری

می‌دهند و کسی را که نقش‌اش را بدین شیوه بازی می‌کند، پویا و پرانرژی به‌شمار می‌آورند.

چنین مرد دنیایی‌ای با یک لاک‌پشت همانندی دارد که گردنش درون لاکش کشیده شده، اما گاه آن را بیرون می‌کشد تا آب شور دریای زیست‌گاهش را بنوشد. او به همین سان می‌ماند، تا آن که پس از زاده شدن‌های بسیار، زندگی بهتری یابد که به سوی رستگاری‌اش گرایش داشته باشد.

اما، کسی که بر پوچی این جهان و بر جایگاه تیره‌بختانه‌ای که در آن دارد می‌اندیشد، به خویش اجازه نمی‌دهد که روز به روز با کارهای کهنه‌ای که در اینجا دارد کشانده شود.

هنگامی که آدمی آغاز می‌کند ببیند چگونه می‌تواند بی‌شهوت شود و از اقیانوس پرخروش جهان برگذرد، آنگاه است که می‌توان گفت بر سر خردش آمده است.

کسی که سرگرمی‌های تهی‌مغزانهٔ و کار و کنش‌های پست آدمیان را سرزنش کرده و خود را به جای سرگرم ساختن با کاستی‌ها و کژی‌های دیگران، در راه کردارهای ستوده به کار می‌گیرد؛ کسی که اندیشه‌اش را بر کارهای سودمند فشرده می‌سازد و به هیچ روی دیگران را رنج نمی‌دهد؛ کسی که به هیچیک از شادکامی‌ها و کامجویی‌های بدنش بهایی نمی‌دهد؛ آن که سخنرانی‌هایش نازک و دوست‌داشتنی‌اند و واژه‌هایش درخور جای و زمانی است که ادا می‌شوند؛ چنین مردی گفته می‌شود که در نخستین گامهٔ یوگا ایستاده است.

او خویشکاری خود را بر آن می‌نهد که همنشینی با نیکان را جویا شود؛ کسانی که می‌آموزد تا در اندیشه و کردار و گفتار از آنها الگو گیرد.

او نوشتارهای پیرامون فرزانش ایزدی را گرد آورده و به کوشایی آنها را بررسی می‌کند؛ آنگاه درونمایه‌شان را می‌سنجد و باورهای بنیادین‌شان را به خود می‌کشد؛ و این‌ها نیروی آن را دارند که او را از جهان پرگناه

نجات‌دهند.

آنگاه او به گامهٔ دوم یوگا می‌رسد که گامهٔ جویندگی است.

او درونمایهٔ شروتی‌ها و سمریتی‌ها[۳۷] را از زبان دانشمندان [Pundits]ی که بنابه سنت افرادی برگزیده‌اند، می‌شنود و از آیین‌های رفتار نیکو و شیوه‌های ژرف‌نگری و آزمودن یوگا آگاهی می‌یابد.

آنگاه، خوی بیرونی خودپسندی و باد دماغ، و رشک‌ورزی و آزمندی‌اش را، چون ماری که پوست می‌افکند، از خویش برون می‌افکند. این‌چنین که ذهنش را پاک کرد، با حالتی مهرورزانه در آیین‌های استادان مینوی خود و پاکدینان روی می‌نماید و از ایشان رازهای فرزانش یوگا را می‌شنود. آنگاه به گامهٔ سوم پای می‌نهد.

می‌آموزد که ذهن خود را بنابر آموزه‌های یوگا استوار بدارد و زمان خویش را با گفتگو دربارهٔ موضوعات مینوی و نیکویی نمودن به دیگران بگذراند.

خردمندی که به گامهٔ سوم یوگا رسیده است، در آن حالت آگاهی که از موضوعات بیرونی و موضوعات شخصی، هردو، آزاد است، برجای می‌ماند.

او از حس این که انجام‌دهندهٔ کارهایش است یا موضوع کارهایش،[۳۸] آزاد می‌گردد.

او می‌داند که هر پیوستنی به گسستن و هر سود زمینی‌ای به زیان پایان می‌پذیرد و از راه باور استوار این امر و آزمودن پیوستهٔ ژرف‌نگری و درستکاری، بی‌شک به شناخت خداوند درون خودش رهنمون می‌شود: به همان روشنی و آشکارایی که میوه‌ای را در کف دستانش می‌بیند.

آگاهی از "پدیدآورندهٔ برتر آفرینش" در او چنان جای‌گیر می‌شود که به باور استوار آن می‌رسد که این نه "من" بلکه "خدا"ست که همهٔ کارهای جهان را انجام می‌دهد.

چنین انسانی که حس منش خویش[۳۹] را برجای نهاده است، در جهان به

هیچ چیزی وابستگی ندارد.

خرسندی [رضا] چون بوی خوشی است در ذهن، و کردارهای درستکارانه در زیبایی برگهای گل سرخ را مانند. گل تشخیص درونی، چون غنچه نیلوفر، با پرتوهای خورشید خردورزی شکفته شده و در باغ سومین گامهٔ آزمون یوگا، میوهٔ پاکی [تقدس] را به بار می‌آورد.

انجام دادن حتی بخشی از این گامه‌های ادهیاتما یوگای مقدّس بسنده است تا کارهای[۴۰] بدی گذشتهٔ آدمی فرو شسته شود. این ۲ گامه، ای راماـجی، حالت بیداری نامیده می‌شوند، زیرا در آنها یوگی ادراک جداگونگی چیزها را نگه می‌دارد. چنین یوگی‌ای شایستهٔ ارج می‌گردد؛ او را تنها در کارهای درست به یاری می‌گیرند و خود در انجام خویشکاری‌های اجتماعی‌اش کوشاست.

کسی که از آغاز تا پایان، ذهنش را با نگرشی بخش نشده سپردهٔ یوگا گردانده و همه چیز را در پرتوی یک روشنایی یکدست می‌بیند، گفته می‌شود که به گامهٔ چهارم یوگای مقدّس رسیده است.

آنگاه که کج‌بینی دوگانگی ناپدید شده و معرفت یگانگی درونی به گونه‌ای برتر پرفروغ پرتوافشانی می‌کند، یوگی به چهارمین گامهٔ یوگا رسیده و جهان را چون خیالی در رؤیایش می‌بیند.

گامهٔ پنجم گامه‌ای است پر از شادمانی ـ گامه‌ای که در آن هیچ نیست، ای راماـجی، جز شادی دیدار همه‌سویهٔ خداوند. یوگی از این حالت فراتر رفته و با بازگشت از راه ذهن به پهنه‌های پایین‌تر ـ که براستی فداکاری بزرگی است ـ به "خود" ش در دیگران خدمت می‌کند.

ای راماـجی، گامهٔ ششم گامهٔ رهایی در حال زیستن است که در آن یگانگی و دوگانگی، هردو، ناپدید می‌شوند. کسی که به آن می‌رسد، در درون و برون از سرور ایزدی سرشار گشته و به تصرف [Possessed] نیروهای بالاتر درمی‌آید، با این همه، از دیدگاه رویه‌ای، ناچیز می‌نماید.

گامهٔ هفتم با واژه‌ها به گفت درنمی‌آید و از کرانه‌های این زمین و آسمان فراتر می‌رود. گفته می‌شود که این گامه با حالات شیوا[۲۱] و برهما مانندگی دارد.»

■ سخنرانی هشتم ■

شاهزاده راما گفت:

«آقا، سخنرانی پیشین شما، در اندیشه‌ام دودلی‌ای پدید آورد که به ابری پاییزی می‌ماند. فروردستانه خواهش می‌کنم آن را پراکنده سازید.

سرور بزرگوار، شما که به بهترین روی با دانش مینوی آشنا هستید، به من بگویید که چرا بدن‌های آنان که در این زندگی رستگار شده‌اند، سوار بر ابرها دیده نمی‌شوند؟»

واسیشتای پاکدین پاسخ داد:

«بدان ای راما، که نیروی سوار شدن بر ابرها و پرواز در آسمان، به گونهٔ طبیعی، از آنِ آفریده‌های پروازگری چون حشرات و پرندگان هواست.

جنبش‌های گوناگونی که دیده می‌شوند در راستاهای گوناگون رخ می‌دهند، همساز با گرایش‌های طبیعی بدن‌ها انجام می‌شوند و یک یوگی رهایی‌یافته هرگز خواهش آنها را ندارد.

پرواز کردن در هوا، به هیچ رو، برای یک یوگی به آزادی رسیدهٔ درحال زیست چیز خواستنی‌ای به شمار نمی‌آید. توان پروازگری نیرویی است که به آسانی از راه روش‌های فیزیکی ساختگی‌ای چون «مانترام‌ها» و دیگر تمرین‌های «یوگای پست‌تر»[۴۲۰] برای انسان‌های نادان و رهایی‌نایافته و نامینوی به دست‌آمدنی است.

پرواز کردن کار یک یوگی مینوی نیست که تنها با دانش روح سروکار

دارد؛ او با دانش مینوی‌اش، و با پیوندی که با «هستی برتر» دارد، خوش است و در تمرین‌های هاتایوگی[۴۳] های نادان و دروغین انباز نمی‌شود.

بدان که همهٔ برنامه‌ریزی‌های خاکی پیامد کوری باطن است. بنابراین، به من بگوی کدام یوگی راستینی است که چندان تهی‌مغز باشد که خود را درگیر این‌گونه سبک‌مغزی‌های زشت کند؟

کسی که چنین راهی را دنبال کرده و برای بهروزی چندروزهٔ خویش نقشه می‌کشد، بی‌شک بایست در برابر آسایش آینده‌اش کور باشد!

برای نادان و خردمند، هردو، انجام‌پذیر است که به یاری مانتزام‌ها و دیگر روش‌ها، نیروی پرواز در هوا را بیابند، اما یوگی راستین از این‌گونه چیزها بیگانه می‌ماند و برای‌شان هیچ خواهشی ندارد؛ او در خودش خشنود است و در براهمن آسودگی می‌یابد.

او در همه حال نابرانگیخته می‌ماند ـ چون اقیانوس، که با آن که همهٔ رودها به آن می‌ریزند، برانگیخته نمی‌شود ـ و در جان خویش، کار پرستیدن و ژرف‌اندیشی بر «روح ایزدی» را دنبال می‌کند.»

شاهزاده راما در کنار پاهای آموزگارش به خاک افتاد و واسیشتای پاکدین، با زدن بوسه‌ای بر سرش، او را فرخندگی بخشیده و در دنبالهٔ سخنانش گفت: «بدان، ای شاهزادهٔ والاگهر، که گرفتار شدن ذهن مایهٔ تیره‌روزی‌هاست و نابودشدنش در پروردگار، سرچشمهٔ نیکبختی‌ها.

ذهنی که گرفتار خواهش‌های پوچ چیزهای از دست رفتنی است، دستخوش زاده شدن‌های پیاپی است که سرچشمهٔ رنج‌های بی‌پایان است، حال آن که ذهن سرشار از نیکخواهی‌ها بالاترین نیکویی‌ها را برای همهٔ هستی‌داران می‌خواهد و از دردهای سخت زاده شدن‌های پی‌درپی در این جهان اندوه‌ها وامی‌رهد.

تن آدمی چون درخت پرشاخه‌ای است که پیرامونش را پیچک‌های بالارونده کنش‌هایش فراگرفته باشند؛ آزمندی چون مار بزرگی است

حلقه‌زده پیرامون آن، و هواها و خواهش‌هامان، چون پرندگان آشیان ساخته بر آن.

جهان بیش از یک آفریدهٔ پندارهای ما نیست، همان‌گونه که بچه‌ها می‌پندارند در تاریکی غولی پنهان شده‌ست. آگاهی ما از چیزها همان اندازه گول‌زننده است که پندار جلو رفتن کوه، برای مسافری که در کرجی‌ای روان نشسته است.

جلوه‌ها همگی نمایی از کج‌بینی یا نادانی ما هستند و دانش درست که به دست آمد، ناپدید می‌شوند.

اوه، راما، شاگرد دلبندم، رها کن چیزهای خاکی را و بجوی آن "هستی گسترده در جهان" را که خاستگاه همهٔ هستی است. این "یگانگی" را روی‌هم‌آمدهٔ همگی زیوندگان بدان و تنها "کس" شایستهٔ پرستش.

همهٔ تن‌ها را همچون وابستگانِ به "یک سرشت مشترک" به اندیشه آور و شادکامی جوی از نیکبختی همه‌سویهٔ آن که دریابی تو خود نیز همان سرشتی و در سراسر سپهر گسترده‌ای.

آن که هستی‌داران متناهی همگی در آن بی‌رنگ می‌شوند، "خود" بی‌دگرگونی برجای می‌ماند. آدمی که "او" را "خویشتنِ" خویش بشناسد، نمی‌تواند دستخوش اندوه باشد و تنها از نیکبختی همه‌سویهٔ "در او بودن" کام می‌یابد.

همگی چیزها در آینهٔ هوشمندی "او" دیده می‌شوند، همان‌گونه که سایهٔ درختان کنارهٔ یک رود در زلال پایین دست‌شان بازتاب می‌یابند.

"او" درخشان‌تر از درخشان‌ترین چیز، و تاریک‌تر از تیره‌ترین چیزهاست؛ "او" مادهٔ بنیادین همهٔ ماده‌هاست و در دورترین دوری همهٔ سوهای قطب‌نما جای دارد.

شاهزادهٔ دلبند، سخت کوشش کن تا در آن حالت برتر خوشی ـ که فراتر از آن آدمی نمی‌تواند خواهشی داشته باشد ـ آرام یابی. آنگاه، ای راما ـ جی،

به گونه‌ای ژرف، خردمند و، با این همه، در گفتارت بی‌پیرایه و دلنشین باش. همهٔ چیزها را در روشنایی دگرگونی‌ناپذیر آتمن به دیده آر و بگذار تا ذهنت نه از بند شدن‌ها بترسد و نه خواهش‌زدهٔ آزادشدنها باشد. در راستی زندگی کن، در ژرف‌نگری؛ و آموزه‌های پاک را از من، یا هر سرچشمهٔ دیگری، به گوش جان پذیرا گرد.

شاستراها را می‌بایست شنید و درباره‌شان گفتگو کرد، راماجان، زیرا آنها نوشتارهای پاک را شیرینی بخشیده و جوشاندهٔ ملایم دانش راستین را اندک اندک به کام ذهن می‌ریزند.

همان‌گونه که پرتوهای خورشیدِ افتاده بر دیوارهای خانه از راه اندام‌های بینایی ما دیدنی می‌گردند، فروغ دانش مینوی نیز از راه گوش‌های آدمی و شنیدن شاستراها پردهٔ جان او را کنار زده و به آن راه می‌یابد.

این بهترین آموزشی است که ما را دانش "راستی" می‌بخشد و دانش "راستی" دانشی است که به ما آرامش بخشیده و ما را بر آن می‌دارد تا خود را در بیداری و در جهان پرآشوب از یاد ببریم.»

شاهزاده راما فرزانهٔ روشن‌شده را کرنش نمود و گفت:

«ای سرور پاکدین، که مرا از زندگیم دوست داشتنی‌تری، روی شما و سخنانتان بر این جایگاه قطرات شیرین پاکی و شادمانی فشانده است؛ راستی که هم‌نشینی با فرد باارزش، نیکبختی برتر آدمیان است!»

شاه و شهبانو و وزیران کشور، ارج‌گزارانه، به پا خاسته، بر پاهای "پیر" دست کشیدند و او را آب و گل و پیشکشی آوردند. او نیز به نوبهٔ خویش آنان را فرخندگی بخشیده و گفت: اوم، تَت، سَت![۲۴] شانتی! شانتی! شانتی![۲۵]»

■ سخنرانی نهم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«در یک پهنهٔ شمال، در کوه هیمالیا، چکادی هست که "کایلاشا" [Kailasha] نامیده می‌شود.

در اینجا خدای بزرگ، شیوا، این سو و آن سو می‌گردد و آبشارهایی را تماشا می‌کند که از دل غارهای کوهستانی سرچشمه گرفته و در آنها ناپدید می‌شوند.

در اینجا، روزگاری، نژادی از آدمیان می‌زیست که بزرگشان سورگو [Surghu] نامیده می‌شد. او نیرومند، میهمان‌نواز، و بانگرش بود.

رسم فرزانگان این است که این سو و آن سو گردش کرده، رنج‌ها را آرام بخشیده، و نادانی‌ها را کاهش می‌دهند. و چنان رخ داد که مانداویا [Mandavya]ی فرزانه روزی به دیدار این مردمان آمد.

سورگو فرزانه را خوشامدگویی کرده و گفت: «من از این دیدار که مرا چون زمین در هنگام فرا رسیدن بهار شادمان می‌سازد، بی‌اندازه احساس نیکبختی می‌کنم. اندیشهٔ پاداش‌ها و کیفرهایی که به وابستگانم روا داشته‌ام، پیوسته دلم را آزرده ساخته است. بنابراین، خواهش می‌کنم، ای فرزانهٔ پاکدین، بپذیر تا این درد مرا بیرون رانی و یاری‌ام دهی تا آفتاب آرامش و یکساندلی بر تیرگی ذهنم روشنایی پاشد.»

مانداویا پاسخ داد: "ای شاهزاده، به یاری تلاش خود آدمی و خویش ـ

استامی اوست که دودلی‌های ذهن ـ چون برف‌ها در زیر پرتوهای خورشید ـ رنگ می‌بازند. خویشتن‌شناسی نیز، ای شاهزاده، بایسته است.

در ذهن خود اندیشه کن که من کیستم؟ چیست این زندگانی ما، و چیست این مرگ که بر در آن ایستاده است؟ این پرسش‌ها بی‌شک ترا به بزرگی رهنمون می‌سازند.

هنگامی که با اندیشه‌گری دربارهٔ حالت ذهنت، بدانجا رسیدی که سرشت راستین خود را بشناسی، غم و شادی دیگر تو را تکان نمی‌دهد و چون کوه، استوار می‌مانی.

انسان‌های شهوت‌نزده در میان آدمیان چون نیکبخت‌ترین‌شان گرامی داشته می‌شوند و کسی که این راستی را می‌داند، در خویش به شادی آرام می‌گیرد و خود یک فرزانه است.

ذهن‌های بزرگ از دل‌مشغول شدن با چیزهای بیرونی پرهیز می‌کنند، تا آنکه بتوانند بینندهٔ فروغ پاک "روح برتر"ی باشند که درون‌شان پرتوافشانی می‌کند. تا زمانی که از دل‌مشغولی‌ات بر چیزهای بی‌ارزش رها نگردی، نخواهی توانست دربارهٔ "روح جهانی" بینشی داشته باشی. تنها پس از، از میان رفتن همهٔ دلبستگی‌های این جهانی است که جهانی بودن "روح فرارونده" آشکار می‌شود.

خود را از همهٔ حس چیزهای کوچک آزاد ساز و، آنگاه، دربارهٔ گستردگی جهانی دانشی خواهی یافت: آغاز خواهی کرد که آتمن دربرگیرندهٔ همه چیز را به دریافت آوری.

تنها هنگامی که انسان می‌کوشد تا "روح برتر" را با همهٔ دل و جانش بشناسد و همهٔ دیگر چیزها و آرمانها را فدای رسیدن به چنین شناختی می‌کند، آنگاه است که شناخت آن "روح" در پُرابُری‌اش، برای او شدنی می‌گردد.

همهٔ چیزهای به چشم آمدنی که به رشتهٔ انگیزه‌ها و پیامدهای آنها

پیوسته می‌نمایند، آفریدگان ذهن هستند که آنها را ـ چون رشته‌ای که مرواریدهای یک گردن‌بند را به هم می‌پیوندد ـ به یکدیگر پیوسته نگه می‌دارد. آنچه که پس از فروپاشی ذهن و اندام‌های آفریده‌اش برجای می‌ماند، تنها آتمن است و، آن، خداوند برتر و بالاتر از همه چیز است.»

فرمانروا سورگو، فرزانه را دهش‌ها، میوه، و گل پیشکش کرد و او برای انجام مأموریتش سوی دیار دیگر پیش گرفت.

آنگاه، سورگو، همچنان که آموزش دیده بود ۳ سال در خاموشی جانش به ژرف‌نگری یکسواندیشانه نشست و سرانجام، خداوندش را شناخت.

او گفت: "آتمن من سرشار از همهٔ زیبایی‌هاست و فروغی است که همه چیز را روشنایی می‌بخشد. من می‌بینم! می‌بینم! آتمن من بی‌چهره است، با این حال، می‌تواند هر چهره یا جلوه‌ای را به خود بگیرد.

انگیزهٔ خوشبختی و تیره‌روزی آدمیان این است که از ادراک نمود نادرستی دارند. جهان نمایشی است گسترانیدهٔ ذهن ـ که بازیگر نخست آن است ـ و آتمن که چون تماشاگری خاموش در برابر آن نشسته است.

من این پهنهٔ شگفت‌انگیز خرد را که اینک با همهٔ شکوهمندی‌اش بر من تابان است، تماشاگرم و ترا درود می‌فرستم، ای فروغ مقدس، اینک که فروزندگی‌ات در برابرم نمایان است."

فرمانروا سورگو سد سالی در این حالت روشن‌شدگی پادشاهی کرد و، آنگاه، به خواست خویش، جایگیری در بدن شکننده‌اش را رها کرد.

آن جان هوشمند، آزاد گردیده از زمینه‌های بازپیدایی، با "روح بی‌آلایش" یکی گردید و در "هستی برتر" فرو رفت: آن‌چنان که هوای گرفتار در یک ظرف، پس از خرد شدن آن، با آسمان دربرگیرندهٔ همه چیز یکی می‌گردد.

این‌ها برخی از آموزه‌های این شاهزادهٔ والاگهر است که آنها را، ای‌راماـجی، از بهر نیکی آدمیان به تو می‌دهم:

"سمادهی چیست؟ این را که ذهن در برابر آشوب خودپسندی و دشمنی

سستی‌ناپذیر بماند، فرزانگان سمادهی نامیده‌اند. آنگاه که ذهن چون کرهی بی‌جنبش می‌ایستد و زوزهٔ باد شهوات را با پایداری تاب می‌آورد، گفته می‌شود که در سمادهی است.

هنگامی که ذهن با بودی [buddhi] یکی شده و پیوسته بدان کار می‌کند، این سمادهی است.

من خویشتن را در همهٔ زمان‌ها پالوده، روشن گردیده و پُراپر آگاه می‌یابم. ذهن من آرام است و جانم در هر زمینه‌ای آسودگی دارد. چیزی نمی‌یابم که آرام شیرین جانم را برهم زند، زیرا آرامش من گیرگاهش را در آمیزش ناگسیخته‌ای یافته است که با "روح پاک"، برهمن، دارد.

در جهان چیزی نیست که ما بتوانیم آن را بالاتر از خودمان به دیده آریم، زیرا همهٔ چیزهایی که در اینجا می‌درخشند و برق می‌زنند، به راستی چیزی نیستند و هیچ ارزش درونی‌ای ندارند.

اینجا که مرا چیز خواستنی‌ای نیست، مرا چیز بیزاری‌انگیزی هم نیست، چرا که نبود یک چیز، مفهوم نبود ضدش را نیز دربردارد.

فرزانهٔ خاموشی که همه چیزدان است و پاکدین و آسوده و آرام در خویشتن، هرگز از یک ذهن مهارنشده برنمی‌آشوبد.

در پناه خدمتگزاری آموزگار والا-اندیش است که جان خردمند از این اقیانوس جهان‌آموزه و ژرف‌نگری دریافت می‌دارد؛ همان‌گونه که مسافری از کرجی‌رانی قایقی می‌گیرد تا از رود بگذرد.

این راهِ راستینی است که جان را به پاکی‌اش رهنمون ساخته، ترا یاری می‌بخشد تا خویش را از دام ذهنت رها ساخته و جانت را از دام خودبینی رهایی بخشی.»

■ سخنرانی نهم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«این جهان از راستی و ناراستی ساخته شده و مُهر آن "توانای بر همه چیز" را دربردارد: از یگانگی و دوگانگی ساخته شده و، با این همه، از هردوی آنها رهاست.

خرد گمراه که خود را بدن خویش می‌پندارد، به راستی به تنگ آن گرفتار است: اما هنگامی که دانست با آتمن بی‌آلایش یکی است، از تنگنای آن آزاد می‌گردد.

برهمن همه در همه است؛ او آرامش ناب است: دومی ندارد؛ همتا ندارد؛ با چیزی هم به سنجش درنمی‌آید. او "خودش" را به نیروی خویش می‌گستراند، زیرا که نامتناهی است؛ و ذهن خود را در ۳ راستای آفرینش، نگاهداشت، و فروپاشی کشیده می‌سازد.

ذهن که فرو نشانده شود ـ با حواس و اندامهایش که در آتمن یکسو شده باشند ـ آنگاه در برابرش فروغ خیره‌کننده‌ای آشکار می‌شود و جهان ناراستین رنگ می‌بازد ـ همان‌گونه که سایه‌های شب در برابر روشنایی خورشید ناپدید می‌گردند.

جهان برساختهٔ پندار از برابر دید کنار رفته و چون برگی پژمرده فرومی‌افتد، و جیوا [Jiva] چون دانهٔ گندم آتش‌دیده ـ بی‌نیروی سبز شدن و باروری ـ برجای می‌ماند.

و خرد، پاک شده از تیرگی وهم که چون پرده‌ای روی ذهن فریب‌خورده را می‌پوشاند، به روشنی گنبد آسمان پاییزی، درخشندگی پیدا می‌کند.

ای راماجی، تا اینجا برایت از فرونشاندن و سست ساختن ذهن سخن گفته‌ام که نخستین گامهٔ راه جاودانی ساختن نیکبختی جان با **یوگاست**. اکنون ترا با گامهٔ دوم آشنا می‌کنم که گامهٔ بالندگی بخشیدن و نیرومند ساختن خرد است.

با بردباری، شهامت، و خدمتگزاری بی‌پایان، ژرف‌نگری‌ها و خویش‌سنجی‌ات را دنبال کن و خداوند را در **یوگای** مقدس ستایش آر. به یاد بسپار که یک جان بدبخت ـ یک جان آز زده، جانی که باور برتری‌اش بر دیگران را می‌پرورد ـ خداوند را نخواهد دید.

رهرو، با پایمردی پی‌گیرش در این راه، به پیشرفتی بزرگ رهنمون می‌شود ـ به حالتی که از همهٔ نیروهای برشماری من فراتر می‌رود، اما سرسپردهٔ پاکدینی که در راهش پیش می‌رود، می‌تواند آن را حس کند. در این حالت یوگیایی همه چیز در نیکویی و آرامش می‌نماید و واژهٔ "اوم" [Om][۴۶] نماد کلّی آن است.

اکنون، ای شاگرد دلبندم، روش ستایش خداوند را بشنو. در همهٔ چهره‌های ستایش‌گری، می‌بایست از اندیشیدن به تن خود دست کشی و ذهنت را از منش [شخصیت]ات جدا سازی. آنگاه می‌باید با راهنمایی "آموزگار"ت که کارکردهای بدنت را از درون می‌بیند، ذهنت را به کوشایی بر سر اندیشه‌گری دربارهٔ "روح پاک و بی‌کالبد" فشرده سازی.

ستایش راستین با ژرف‌نگری درونی سروکار دارد و نه با چهره‌های بیرونی ستایش‌گری؛ بنابراین، با ژرف‌نگری در درون خودت، ذهن خود را در راه پرستش "روح جهانی" به‌کار گیر.

او چهرهٔ خرد است، سرچشمهٔ همهٔ روشنایی‌ها، و به درخشش‌ناکی میلیونها خورشید! او روشنایی درونی ذهن است. سر و شانه‌هایش از هفت

گنبد فراتر می‌روند، و پاهای نیلوفر آسایش از فروترین گودال فضا پایین‌تر می‌گذرد.

جهان‌هایی که یکی روی دیگری می‌لغزند، در گوشه‌ای از سینهٔ پرگنجایش‌اش جای دارند. تابندگی‌اش از کران‌های تهیگی بی‌کران درمی‌گذرد. در پایین و بالا، هر چهارسوی، و در همهٔ راستاهای قطب‌نما گسترده است او؛ بی‌کاستی گرفتن و بی‌پایان. او این گردونهٔ خاکی و همهٔ جهان‌های دیگر را، با کوهها و همهٔ چیزهایی که دربردارند، درون خویش فراگرفته و زمانِ "نیرومندتر از هر چیز" که همواره چیزها را به جلو پیش می‌راند، دیده‌بان آستانهٔ ابدیت اوست.

او در میانهٔ همهٔ چیزها جای گرفته و یگانه بخشندهٔ توان مایه و نیرو به همگان است. تات توام آسی![47] "تو همانی!" آه، او را درون خودت پرستش کن! او به چراغ‌افروزی یا سوزاندن داربوی نیاز ندارد.

آدمی با سخن گفتن پیوسته دربارهٔ این موضوع مقدّس ـ و بازگشتن پیوسته بر سر جویندگی‌اش، آنگاه که در رشتهٔ آن گسست پدید آمد ـ از "خویشتن خویش" آگاهی همه‌سویه پیدا می‌کند.

پیشکش نمودن دلی پاک که از خواهندگی و بیزاری رها باشد، او را از گوهرهای گرانبها و خوشبوترین گل‌ها پذیرفتنی‌تر است. بهترین ژرف‌نگری آن است که با پیشکش کردن خود آدمی به "خداوند" یا یوگای مقدس همراه باشد.

کسی که "خداوند" را بدین شیوه ساعتی پُر پرستش کند، او را پاداش انجام "فدیهٔ راجا"[49] به دریافت می‌آید؛ این‌گونه پرستش‌گری او که در نیمه شب انجام شود، ثواب هزاران بار انجام دادن چنین نذرهایی را درپی می‌آورد.

هنگامی که پرتوهای ملایم احساس کردن هم‌نوع سینهٔ یوگی مهربان دل را روشن کرد و تأثیر شیرین همدردی دل را گداخت، آنگاه دل بیشترین شیرینی را دارد و بهترین هنگامی است که می‌تواند، از راه ژرف‌نگری‌های

یوگیایی، "خداوندگار" جای گرفته در درون را خدمت گزارد.

آنگاه که آدمی هواهای پرخروش سینه‌اش را به نیروی سنجش درست مهار کرد و بر دل و جانش جامهٔ نرم مهرورزی و خرسندی [رضا] شیرین را پوشانید، بگذار آنگاه صفای ایزدی را درون خویش به ستایش نشیند.

ژرف‌نگری بر آتمن و خدمتگزاری به "آموزگار" می‌بایست هم هنگام شادمانی انجام گیرد و هم در زمان‌های رنج‌کشی.

بر آنچه از دست رفته، افسوس مخور و از آنچه داری بهره گیر؛ خداوند را، "روح برتر" را، در جان و ذهنت بستای، بی‌آنکه کوچکترین سستی‌ای نشان دهی.

از بهر نیکویی نمودن به همهٔ هستندگان زنده و برای آن که جهانیان رستگار شوند، در میانه پی‌جویی‌های شرارت‌آمیز آدمی، استواری‌ات را نگه دار و در همهٔ زمان‌ها سوگند سرسپردگی پاکت به برهمن و "راهنما" [guru] را پاسداری کن.

از این که خود را فلان و بهمان کس شماری، دست کش و با دانستن این که همه چیز "یگانهٔ جهانی" است، موضوعات ناچیز را رها کن و در پیمانی که در راه پرستش "روح برتر"، برهمن، بسته‌ای، استوار باش.

آدمی که در این جهان تیره‌روزی‌ها جای گرفته، نمی‌بایست به اندوههای کوچک و بزرگی که در برابرش رخ می‌نمایند بهایی دهد. آنها ته‌رنگ‌ها و رنگ‌مایه‌هایی هستند که گنبد تهی آسمان را رنگ‌آمیزی می‌کنند و دیری نمی‌گذرد که در هیچی ناپدید می‌شوند.

هر فداکاری‌ای که در راه خدمت به خداوند انجام می‌دهی، بدان که این آرامش جانت است که بهترین و درخورترین پیشکشی می‌باشد. آرامش طعم شیرینی دارد و، به گونه‌ای فراسپهرانه، می‌تواند هر چیزی‌رابه‌شهدتبدیل‌کند.

آرامش جان را برگسترانده و ذهن را شاد می‌کند، همان‌گونه که روشنایی آفتاب گنبد آسمان را پر می‌کند: آرامش را بالاترین ستایش‌گری دانسته‌اند.

آدمیان، با پشت‌گرمی بر خردورزی درست که با خوی بی‌خواهش بودن همراه باشد، توانایی آن را می‌یابند که از سیلابهای تیره و بیم‌انگیز این جهان برگذرند.

انسان درستکاری که آرام و خاموش است و با همهٔ هستی‌داران زنده رفتاری دوستانه دارد، تأثیر لطیف "بالاترین راستی" را که در ذهنش سربرمی‌آورد، احساس می‌کند.

کسی که ذهنی آرام چون پرتوی مهتاب دارد، چه در هنگام نزدیک شدن یک جشن و چه هنگام پیکار ـ یا حتی در دم خودِ مرگ ـ براستی یک پاکدین به‌جا می‌ماند.

کسی که نگاه به خرسندیِ آمیخته‌اش بر همهٔ پیرامونیان پرتوی از مهربانی فرومی‌بارد، گفته می‌شود که یک پاکدین است.

کسی که سختی‌های زندگانی‌اش را ـ هراندازه که بزرگ یا دیرپای باشند ـ به ذهنش راه نمی‌دهد و خود را با این چارچوب خاکی‌اش یکی به شمار نمی‌آورد، یک پاکدین شناخته می‌شود.

ای شاهزادهٔ درست‌کردار، هرکه با سرسپردگی و باورمندی به این سخنرانی‌های من گوش جان می‌سپارد، بی‌شک روزبه‌روز در دانش خداشناسی پیشرفت می‌کند.

همگی تلخکامی‌ها به پایان می‌رسند، برای آن کس که در خویشتن خویش بر این سخنان مینوی اندیشه می‌کند.»

خورشید که فرو نشست و افق را زراندود کرد و نیلوفرهای روی دریاچه گلبرگهاشان را بستند، فرزانهٔ پاکدین، واسیشتا، سخنرانی‌اش را به پایان برد. فرمانروا و خاندان شاهانه بر پاهای فرزانه دست کشیده و آنها را با پیشکش‌های سیم و زر و گوهرها پوشانیدند؛ دواها [deva] نیز از جایگاه بلند خویش بر همایش شاهانه گل‌های آسمانی فرو بارانده و فریاد برآوردند: "جی! جی! جی!"

■ سخنرانی یازدهم ■

راما گفت:

«ای سرور سرشار از مهربانی، مرا بگوی که از میان همهٔ تمرین‌هایی که گفته‌ای، کدامیک در رهنمون ساختن ما به سوی برهمن برتر بنیادی‌ترین است؟»

واسیشتا پاسخ داد:

«با شکیبایی مردانه‌ات می‌توانی خواهشی را که به چیزهای گذرا داری، فرونشانده و تلاشهایت را به جستجوی چیزی که نخستین و بهترین آرمانهاست، سوی بخشی؛ و اگر در ژرف‌اندیشی پرنگرش و فشرده بر، تنها، هستی برتر پاینده مانی، بی‌شک خواهی توانست فروغ ایزدی را در درون و در برابرت تابنده بینی.

«روح» شناختنی را نمی‌توان به یکباره به دریافت آورد، مگر آن که آن را پیوسته در آگاهی‌ات نگاه داشته باشی. چنانچه کوشش کنی از تشنه‌کامی‌های خاکی‌ات دست برداری، از بیماری و بیم رها خواهی گشت. تا زمانی که ذهنت را زیر فرمان نیاورده باشی، نمی‌توان از شرّ خواهش‌هایت رها شوی؛ و ذهن پرتب و تاب خویش را نمی‌توانی زیر فرمان آری، مگر آن که جلوی خواهش‌هایت را گرفته باشی.

بنابراین، «راستی»، زیر فرمان گرفتن ذهن، و رها کردن خواهش‌ها، روی هم، انگیزه‌های رسیدن به نیکبختی مینوی هستند و این نیکبختی تنها با

آزمودن یکی از آنها به‌دست‌آمدنی نیست.

صد سال هم که تنها ستایش‌گری پیشه کنی، نمی‌توانی به حالت کمال ایزدی دست یابی، مگر آن که در انجام‌گری این سه روش استاد گردی.

آزمودن این شیوه‌ها را در همهٔ زندگی‌ات پی‌گیر باش، چه هنگامی که نشسته‌ای یا راه می‌روی، و چه هنگامی که سخن گفته یا به گوش هستی.

انسان‌های سبک مغزی که می‌کوشند ذهن را با تمرین **هاتایوگا** یا بازداشت‌های بدنی زیر فرمان گیرند، چون تهی‌مغزانی هستند که می‌کوشند تاریکی را به جای یک چراغ روشن، با جوهر سیاه از میان بردارند.

آسوده و آرام بمان، درحالی که باور خود را بر آگاهی درونی‌ات نهاده‌ای. بدان که دانش توانایی است و دانا نیرومندترین زیوندهٔ روی زمین است: پس، در همهٔ زمینه‌ها خردمند باش.

کسی که به شناخت همه رویهٔ خداوند رسیده، درون خویش از وجدی بی‌پایان سرشار است؛ در این زندگی به رهایی رسیده و، به گونه‌ای برتر، بر امپراتوری ذهنش فرمانروایی می‌کند. او نگرش خویش را نه به چیزهای تلخ می‌گرداند و نه به چیزهای شیرین؛ او تنها در اندیشه‌های خودش شادکام است.

باوردارندهٔ **برهمن** چه بدنش زیر تبر تکه‌تکه شود و چه زیر چرخ‌ها خرد گردد، یا در مرده‌شوی‌خانه به چارمیخ کشیده آید یا به بیابان برهوت فرستاده گردد، خم به ابرو نمی‌آورد.

ذهن مرد خردمند، با دانستن این که جهان از "آگاهی" ساخته شده، غرق در اندیشهٔ جهانی بودن خویش است و آزادانه این‌سو و آن‌سو می‌رود؛ درحالی که گیتی را چون گنجایی درون "آگاهی" خویش می‌بیند.

"خود"ت را ـ "آگاهی" را ـ همه چیزِ همه چیز بدان، ای شاهزادهٔ خردمند، و چون دروغ پس زن هرآنچه را که جز این می‌نماید. از آنجا که همه چیز در خودت چهرهٔ بیرونی پیدا می‌کند، چیزی نیست که بخواهی آن را داشته یا

نداشته باشی.

این رها کردن مینوی بستگی‌هاست که رستگاری نامیده می‌شود؛ این دست شستن از وابستگی‌های خاکی است که ما را از زاده شدن دوباره رهایی می‌بخشد؛ و آزادی از اندیشه‌های این جهانی است که در این زندگی به رهاشدگی می‌انجامد.

کسی که به خویشکاری‌های موروثی‌اش که زندگی بر دوشش نهاده، رسیدگی کرده و آنها را با ذهنی فارغ از همهٔ دلواپسی‌ها و چشمداشت‌ها به انجام می‌رساند، به راستی در خویش شادمان است.

در کنار نهر خروشان و روشن جستجوگری، و به کمک روشنایی بینش‌ات، با "راستی" زندگی کن؛ آنگاه به پایه‌ای خواهی رسید که تنها پشت‌گرمی‌ات حالت تباهی‌ناپذیر و آلایش‌نیافتهٔ آتمن خواهد بود.

ای راما، هرچه در زمین و آسمان و سپهر هستی دارد، از راه فرونشاندن خواهش‌ها و بیزاری‌های سوزانت، برای تو به‌دست‌آمدنی است.

آدمی در هر راهی تلاش کند، هنگامی که ذهنش را به استواری از دوست داشتن یا دوست نداشتن آن بیگانه نگه دارد، آن تلاش به زودی به‌بار خواهد نشست.»

آموزگار پاکدین، واسیشتا، که سخنرانی‌اش را در همایش شاهانه پایان داد، همگی با بزرگداشت برخاستند و شاه با شهبانو و وزیرانش بر پاهای گوروی مقدس دست کشیده و او را پیشکش‌ها نمودند، درحالی که فریاد می‌زدند: "جی!، جی!، جی!"

■ سخنرانی دوازدهم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«اکنون گوش فراده تا ترا بگویم که بهترین داروی بیماری دل چیست؛ آن را آدمی به نیروی خودش می‌تواند به دست آورد، بی‌زیان است، و مزه‌ای شیرین دارد.

با به تلاش واداشتن آگاهی، و کوشش‌ورزی مردانه در راستای فرونشاندن همهٔ موضوعات خواهش‌هایت است که می‌توانی ذهن خودسرت را به زیر فرمان آری. کسی که با دست کشیدن از موضوعات خواهش‌هایش در آرامش می‌ماند، به درستی کشورگشای ذهنش است.

با ذهن بایست با نگرش رفتار کرد، با خردآوری خونسردانه، با به‌کار بستن دستورهای شاستراها، و با هم‌نشینی با انسان‌های دور از هواها.

همچنان که یک پسربچه هنگام بازی در چرخاندن خود به این‌سوی و آن‌سوی دشواری‌ای ندارد، به همان گونه‌روش، دشوار نیست که آدمی، با اراده، ذهنش را از چیزی به چیز دیگر بگرداند.

ذهن خود را در راه کردارهای نیکو به‌کار گیر، درحالی که آن را زیر روشنایی بینش‌اش آورده‌ای و جانت را زیر روشنایی روحت، بر ژرف‌نگری بر خداوند جای داده‌ای.

کسی که خود را به "خواست" خداوند واگذار کرده، توان آن را دارد که از چیزهای بسی خواستنی چشم‌پوشی کند. کسی که می‌تواند چیزهای

ناخوشایند را به جای چیزهای خوشایند بپذیرد، می‌تواند ذهنش را ـ چون غولی که با زورش بر پسربچه‌ای پیروز می‌شود ـ به آسانی زیر فرمان آورد.

برهمن خاموش فراگیر همه را تنها هنگامی می‌توان شناخت که خواهش‌های ذهن با شمشیر بها ندادن به چیزهای این جهانی بریده و به دور افکنده شوند.

نخست، خود را با اندیشه‌های خردورزانه یا انتزاعی‌ات یکی کن و، سپس، به الهام‌های مینوی‌ات روی آور. این‌گونه که بر ذهنت فرمانروایی یافتی، بر سرشت برهمن ژرف‌اندیشی کن.

ای راما، با تلاش و نگرش فشرده شده‌ات است که می‌توانی کژی ذهنت را راست گردانی. آرامش ذهن نبود شورزدگی را به بار می‌آورد و مردی که توانسته ذهنش را به زیر فرمان آورد، فرمانروایی بر جهان را به پشیزی نمی‌خرد.

هیچ کسی در هیچ زمانی زاده نشده و نمی‌میرد؛ این ذهن است که زایش و مرگ و جابجایی‌اش به بدن‌ها و جهان‌های دیگر را به پندار می‌آورد.

نیروی جنبش همواره پرافت و خیزی که در ذهن نشانده شده، در سرشت همچون نیروی خود ـ توان‌بخش "ذهن ایزدی" است که به جنبش و توان جنبشی این جهانها مایه می‌بخشد.

تنها ذهن است که می‌تواند ذهن را زیر فرمان آورد، وگرنه چه کسی می‌تواند پادشاهی را به زیر کشد، مگر آن خود یک پادشاه باشد.

از خواهشی که برای کامجویی‌های زمینی داری، روی برگردان و حس دوگانه‌اندیشی‌ات را رها کن؛ آنگاه خود را از تأثیرات حسی چیزهایی که هستی جداگانه دارند یا بی‌هستی جداگانه هستند، رهایی بخش و در دانش یگانگی خوشبخت باش.

ای راما، خردمند باش و چون بی‌خردان میندیش. آنچه را که به تو می‌گویم، نیک بررسی کن. آسمان ماه دومی ندارد و از کجی دیدمان این‌گونه

به نگر می‌رسد. در هیچ جایی چیزی نیست که راستین یا ناراست باشد؛ آنچه هست، تنها، یگانه سرشت راستین خداوند است.

در هیچ چیزی ـ چه هستی‌دار باشد و چه بی‌هستی ـ راستی نیست: هست و نیست، همگی، آفریده‌های "خود" سایه‌آسایت هستند. بنابراین، بر روح پاک و بی‌کران و جاودان خداوند هیچ چهره و سیمایی مبند.

از آنجا که همهٔ جهان یک نمایش است ـ نمایشی جادویی و ناراست ـ پس، چگونه می‌توان بدان پشت‌گرمی داشت و به شادکامی یا رنج چه چیز بهای بخشد؟ این تخم دنیا را چون اندیشه‌ای برساختهٔ پندار بدان، که برای فریفتن ذهن‌هامان پیش کشیده شده است.

گاه راست می‌نماید، گاه کج؛ اکنون دراز است و اکنون، کوتاه؛ اینک جنبش دارد و اکنون بار دیگر ایستادست. بدین‌گونه، همه چیز آن پیوسته در جنبش است، اما ایستاده می‌نماید.

انسانها دربارهٔ پیشرفت خودشان و بسیاری چیزهای دنیایی دیگر بسیار می‌اندیشند؛ اما در این جهان درحال پوسیدگی ـ که چون بشقابی هوس‌انگیز پوششی از شیرینی دارد، اما از درون پر از زهراب کشنده است ـ هیچ پیشرفتی نیست.

این جهان چون چراغی خاموش شده است که زبانه‌اش گم شده و به ناکجا گریخته است؛ چیزی است به حس درنیامدنی؛ تلاش کن آن را در دست گیری، می‌بینی که هیچ است!

خدا را بشناس، ای راما، و خدمت‌گزار کسانی را که از "او" با تو سخن می‌گویند. تنها اوست که راستین است. این را یا اکنون دریاب، یا پس از هزاران‌بار بازپیدایی!

به بهره‌مندی نیکوی یک سات‌سنگ، یا نزدیکی یک آموزگار، چنگ زن و خداوند را بشناس.

کودکان در تاریکی می‌پندارند.

همگی جلوه‌گری‌ها نمودهای کج‌بینی یا نادانی هستند و با دمیدن سپیدهٔ دانش راستین، ناپدید می‌گردند.

این را که از وهم‌آسا بودن جهان باور درونی استوار داشته باشی، خردمندان کمال دانش می‌خوانند؛ از سوی دیگر، دانش همهٔ چیزهای به چشم‌آمدنی نیز یک پندار دروغین ذهن است. بنابراین، درست آن است که با پایمردی این تأثیرات حسی را از آگاهی‌ات پاک کرده و بدانی که نگاهداشت این کج‌پنداری‌ها مایه‌بخش گیرکردگی ما به جهان است.

هنگامی که جانِ جدا شده از بندها به چیزی نیندیشیده و، با دارا بودن آگاهی درونی، درون خودش آرام و آسوده برجای ماند، آنگاه، خردمندی به دست می‌آورد و دیگر نه دستخوش جوش و خروش جهان می‌گردد و نه دستخوش تیره‌روزی زاده شدن‌های آینده.

دریچهٔ چشم‌اندازهای جهانی را، با پشتکار و بیشترین پایمردی، بر روی ذهنت ببند و از اقیانوس پربیم اندوه، که همانا این جهان باشد، با زورق ارزش‌هایت برگذر.

هنگامی که جانِ آگاه از راه پندار بینی اندیشهٔ چهره‌ای را می‌پروراند، همان چهره تخم بازآفرینی‌اش شده، یا مایهٔ آن می‌گردد که درست به همان چهره‌ای که به پندار آورده، زاده شود.

بدین‌سان، جان خودش را پیش می‌کشد.[۴۹] با افتادن به دام فریب گزینش خویش، و دستخوش بند زندگانی گشتن، آگاهی از آزادی‌اش را از دست می‌دهد. ذهن بر هر چهره‌ای که با شیفتگی جایگیر شود، همان چهره را به خود می‌گیرد و تا زمانی که شیفتگی بدان را می‌پرورد، نه می‌تواند از آن آزاد شود و نه می‌تواند، پیش از رهایی از هواهای ناپاک، به پاکی بنیادین‌اش بازگردد.

به تو می‌گویم، ای راما، اگر که نمی‌توانی بدون دوست داشتن چهره‌ای

زندگی کنی، آنگاه چهرهٔ یک اَوَتار [Avatar] خدا را دوست داشته باش، زیرا تو همان چیزی خواهی شد که دوستش می‌داری و با پاکدلی بدان خدمت می‌کنی.

تا زمانی که "راستی" را ندانی، نمی‌توانی آرامش ذهن داشته باشی و تا زمانی که با آرامش ذهنی بیگانه‌ای، از رسیدن به دانش "راستی" بازداشته می‌شوی.

تا زمانی که از خواهش‌های زمینی‌ات چشم نپوشیده باشی، ترا به روشنایی "راستی" راهی نیست. به زیر فرمان آوردن ذهن و رها کردن خواهش‌ها انگیزه‌هایی هستند که با هم نیکبختی مینوی را به بار می‌آورند و این نیکبختی با انجام‌گری تنها یکی از اینها به دست آمدنی نیست.

دل سپردهٔ ژرف‌نگری‌هایت، و نیکویی رساندن به همگی زیرندگان باش.

یک یوگی راستین آیین ادهیاتما، هنگامی که در سراسر جهان می‌گردد، نه غمگین است و نه اندوهبار؛ هنگامی هم که آسایش دارد، احساس شادی و سرفرازی نمی‌کند. او سبکدلانه از انجام خویشکاری‌هایش شادی می‌کند؛ چون باربری که بارش را با ذهنی پذیرا بر دوش می‌کشد.

باوردارندهٔ خداوند راستین در همه حال سستی‌ناپذیر می‌ماند، چه تنش را زیر چرخها خرد کنند، در مرده‌شوی‌خانه بر چهارمیخ کشیده یا در بیابان خانه‌نشین سازند، و چه آن را با تیری شکافته یا با چماق له سازند.

در کنار نهر روشن جستجوگری‌ات زندگی کن و روزی خواهد رسید که در بی‌آلایشی آگاهی ناب بیاسایی؛ آنگاه، با روشنایی ادراکت که به دانش و بینش آتمن رسیدی، دیگر به بندهای زاده شدن‌های آینده در روی این زمین زنجیر شده نخواهی بود.»

■ سخنرانی سیزدهم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«یکبار از فرزانهٔ پاکدین، بوشوندی [Bhushundi] درخواست کردم که به ما بگوید چگونه توانست از چنگال "مرگ" بگریزد، درحالی که سرنوشت همهٔ دیگر زیوندگان این جهان آن است که در زیر آرواره‌های همه‌چیز-خوارش له شوند.

بوشوندی گفت:

«آقای من، شما که همه چیز را می‌دانید؛ با این حال، از من می‌خواهید چیزی را بازگویم که خود به نیکویی از آن آگاهید. این که چون شما "آقا"یی خدمتگزارش را امر به سخن گفتن می‌کند، این بنده را شهامت می‌بخشد که درحالی که می‌بایست زبانم را نگه دارم، لب به سخن بگشایم.

مرگ کسی را نابود نمی‌کند که گوهرهای تباهی‌آور خواهش‌هایش را بر تن آویخته؛ همان‌گونه که یک دزد جان رهگذری را که بر گردنش گردن‌بند گرانبهایی از زر آویخته، نمی‌گیرد.

مرگ شکار نمی‌کند کسی را که به زهر خشم و دشمنی آلوده نشده، در تاریکی دلش اژدهای آزمندی را پرورش نمی‌دهد و ذهنش با آفت نگرانی‌ها پوسانده نگشته است.

مرگ کسی را نمی‌کشد که تن‌اش به کام شهوت آتشین وابستگی فرو نرفته؛ شهوتی که، چون زبانه‌ای سرکش، دانه‌های اندک انباشتهٔ خرد

درست را خاکستر می‌کند.

مرگ به مردی نزدیک نمی‌شود که باورش را بر سر یگانه "روح" بز و پاکی‌بخش خداوند نهاده و جانش را بر دامان "جان برتر" غنوده است

بدین سان، ذهنی که در حالت دگرگونی‌ناپذیری از آسودگی پرآراه "آفریننده"اش آرمیده است، با پلیدی‌ها و بیماری‌های جهان از پای درنم

کسی که ذهنش در ژرف‌نگری پاک غوطه‌ور است، نه به دیگران می‌دهد و نه از کسی چیزی دریافت می‌کند؛ همچنین، هیچگاه نمی‌کوشد را که دارد، پس زند، یا آنچه را که ندارد، جستجو کند.

کسی که ذهنش در ژرف‌نگری پاک آرام یافته، دلیلی برای پشیمانی ن

ذهن خود را از چندگانگی دارایی‌های این جهان برخیزان و آن یگانگی "روح" جای ده.

دل خویش را به سوی "آن" نیکبختی برتر آر که آغاز و انجامی ن دارد.

ذهن خود را در راه برهمن به‌کار گیر که فراسوی دریافت توست. فروغ پاک و آن آغازه و سرچشمهٔ همه چیز، که آشیان همهٔ نیکبخت خوراک شهدآسای جان‌های ماست.

در پهنه‌هایی که ما را فراگرفته‌اند، و در بالا و پایین، چیزی نیست ک آرامش ماندگارِ ذهنی که بر خداوند جای گرفته، پایدار و دوست‌دا باشد.

تا زمانی که آدمی هنوز از خویشتن خودش، و از مایه‌های به راستین خویش، ناآگاه است، نه نیکوست که ذهنش را با آموختن شاخ گوناگون دانش به دردسر اندازد و نه برایش سودی دارد که آن را به خدمت‌گزاری دیگری کشد. چه سود از دیر زیستن تنها، آنگاه که زندگ بیماری و اندوه همراه باشد.

از آنجا که همگی چیزها برای آدمی ناپایدار و ناسودبخش‌اند و

خرسندی نمی‌بخشند، فرزانه می‌بیند که جز "راستی یگانه" ـ که تباهی‌ناپذیر است و فراسوی همهٔ کژی‌ها، و با آنکه همه جا هست، از دانش همگان فراتر می‌رود ـ چیز دیگری راستی ندارد.

این "سرشت" آتمن است و ژرف‌نگری روی آن، تنها راه از میان برداشتن همهٔ دردها و اندوههاست. تنها اوست که دید اشتباه‌آمیز جهان را نابود می‌سازد.

اندیشه‌گری ژرف خدایی در افق روشن ذهن نیالوده سر برآورده و، چون روشنایی خورشید، بر فراز سراسر پهنهٔ ذهن می‌گسترد و تاریکی رنج و اندوه و اندیشهٔ کژ دوگانگی را نابود می‌سازد.

ژرف‌نگری ایزدی که با بازگویی سو ـ هوم [۵۰] یا شیوو ـ هوم [۵۱] همراه باشد و به دور از هر خواهشی و آماج خودخواهانه‌ای انجام گردد، چون پرتوهای ماه، شب نادانی را می‌شکافد.

میان این روشنایی مینوی و روشنایی خردورزی فرزان‌اندیشان [فیلسوفان] همانندی دوردستی هست.

من، درحالی که اندیشه‌ام را بر آهنگ نفس کشیدنم فشرده ساخته‌ام، پیوسته آرام می‌نشینم و دمی هم از این حالت بیرون نمی‌آیم، گرچه "کوه مرو" [Mount Meru] زیر پاهایم به لرزه درآید.

زمین از زمان "توفان بزرگ" بسی برخاست و فرورروش داشته و من ـ بی‌آنکه در آرامش پدید آمده از شناخته خداوندی‌ام دگرگونی‌ای پدید آید ـ تماشاگر سر برآوری و سر فروبری خشکی‌های بزرگ بوده‌ام.

من جریان دم و بازدم خود را به نگاه آورده و، درحالی که به خرسندی در خویش آسوده‌ام و بدون بیماری و اندوه از زندگی درازم شادی می‌برم، برترینی برتر برهمن را تماشاگرم.

هرگز هیچیک از کنش‌های خودم یا دیگران را ستایش یا نکوهش نمی‌کنم و آزاد بودنم از همهٔ دل‌مشغولی‌ها، این حالت شادِ دیرزیوندگیِ رها از

شورزدگی‌ها را برایم ارمغان آورده است.

ای "مونی" [Muni] بزرگ، من ذهن خود را از کژی‌های ناپایداری و کنجکاوی بی‌هوده‌اش آزاد ساخته آن را، فراتر از هر شورزدگی و اندوهی، در برهمن پابرجا ساخته‌ام. اکنون ذهن من بی‌شتاب و آرام و آسوده است، و بدین‌سان، این زندگی دراز را به دست آورده‌ام.

اکنون من نه از مرگ هراس دارم و نه از بیماری یا کهن‌سالی؛ سرم را هم با اندیشهٔ به دست آوردن یک امپراتوری بلند نمی‌کنم؛ این ناوابستگی انگیزهٔ دیرزیوی خاکی من است.

ای فرزانهٔ بزرگ، من هیچ کسی را در پرتوی دوست یا دشمن بودن نمی‌نگرم، و این یکساندلی انگیزهٔ دیرزیوی‌ام بوده است.

من همهٔ هستی را بازتابی از برهمنِ "هست در خودش" می‌دانم که "همه در همه" است؛ و "خود" را چون "آن"، همانا "سو ـ هوم" به شمار می‌آورم، و این انگیزه زندگی دیرپای من است، ای "ریشی" بزرگ.

این تن خاکی هرگز به اندیشه‌ام آتمن من نمی‌آید، و این دانش برتر مرا دیرزیو ساخته است.

من چنان در ذهن خود آرامم که هرگز بدان اجازه نمی‌دهم در کارهای این جهانی گرفتار شود؛ به این کارها هم اجازه نمی‌دهم به دلم نزدیک شوند؛ و این مرا نیکبختی دیرزیوی سستی‌ناپذیر بخشیده است.

من از شادمانی دیگران شادم و تلاش می‌کنم تیره‌روزی همگی زیوندگان را بزدایم؛ و این حس جهانی حساس بودنم به درد و اندوه برادران و خواهرانم، مرا در همهٔ زمانها جوان و سرزنده نگاه داشته است.

هنگام دشمنی نمودن آدمیان چون کوه برجای می‌مانم و هنگام خوشرویی‌شان با همگان دوستی می‌ورزم. نیازمندی یا توانگری هرگز مرا از جای نجنباند. و این استواری ذهن، انگیزهٔ دیرزیوی کاهش‌ناپذیر من بوده است.

باور استوارم این است که من "هوشمندی"ای هستم که "خود" را در گیتی نمایان ساخته و جای در آسمان بالا و جنگل پایین دارد؛ و این باور من است که مرا "آقا"ی زندگی و مرگ ساخته است.

بدین سان است، ای فرزانهٔ پاکدین، که من در جام سه دنیا می‌زیم؛ همان‌گونه که زنبوری در تخمه‌ای از گل نیلوفر زندگی می‌کند. و جهانیان مرا با نام "بوشوندی"، فرزانهٔ همیشگی، می‌شناسند.»

او را پاسخ دادم:

«ای آقای ارجمند، شما برایم سخنرانی شگفتی انجام دادید. من، در گشت وگذارهایم در سراسر جهان، شکوه و بزرگی خدایان و آدمیان فرهیختهٔ بسیاری را بیننده بوده‌ام، اما چون شما فرزانهٔ پاکدین ندیده‌ام. درودهای فراوان بر شما، ای دانای برهمن!»

■ سخنرانی چهاردهم ■

واسیشتای پاکدین در پی سخنانش گفت:

«اکنون بشنو از روش‌هایی که یوگی برای رهایی یافتن از دردسرها و دشواری‌های جهان برمی‌گزیند.

همچنان که تخم شناخت در ذهن جوانه می‌زند (در آغاز، از بهر بی‌بها ساختن جهان)، همگی انسان‌های نیکو به زیر سایهٔ درخت بزرگ دانایی پناه می‌برند؛ آن‌گونه که رهگذر خسته و آفتاب‌زده در راهش زیر سایهٔ خنک درختان چندی می‌آساید.

خردمند از نادان دوری می‌گزیند. او در رفتار درست و ادب‌پیشانه و سیمای آرام و دلنشین‌اش به لطافت ماه با پرتوهای شهدآسایش می‌ماند. او با دوراندیشی و دانایی رفتار می‌کند؛ منشی پرشکوه و باادب دارد؛ در خدمتگزاری و ادای پیمان‌هایش به دیگران درنگ نمی‌کند؛ و در کردارش پاک است.

همآیش مردان پاکدین و خردمند ـ چون آب‌های روشن رود آسمانی «گونگا» [Gunga] ـ آدمیان را یاری می‌رساند تا ذهن‌های گناهکارشان را پاک و صافی کنند.

در ذهن انسان‌های پاکی که از **شاستراها** یاری گرفته‌اند، ادراکی تند و تیز بیرون می‌جهد؛ چون درخت موز که در جنگل خود را بالا می‌کشد.

خردمند از رفتار فرزانگان پاکدین و رهنمودهای **شاستراها** پیروی کرده

و خود، آنها را انجام داده و بازآفرینی می‌کند.

کسی که در کاستن از تشنه‌کامی‌ها و کامجویی‌های هر روزی‌اش استاد می‌گردد، ماه نو را می‌ماند که هر روز درخشندگی‌اش افزون‌تر می‌شود؛ او خانواده‌اش را روشن می‌کند، همچنان که ماه بر ستارگان پیرامونش روشنی می‌پاشد.

آنگاه، او از بهر بزرگترین و پایدارترین نیکویی‌اش، به انجمن مردان پاک پناه می‌برد و خردمند و استوار می‌گردد؛ چون بیماری که از راه پرهیز و روی آوردن به پزشک به تندرستی‌اش بازمی‌گردد.

ذهن که بالندگی پیدا کرد، در درونمایهٔ ژرف شاستراها فرومی‌رود؛ چون فیل تنومندی که در دریاچه‌ای از آب‌های روشن غوطه‌ور می‌گردد.

برای مردان درستکار نهادین است که در بلا و بیم همسایگان‌شان را یاری داده و آنها را به بهروزی و نیکبختی رهنمون شوند؛ همان‌گونه که خورشید آدمیان را به روشنایی ره می‌برد.

دارایی‌ها، همگی، جز دردِ فزاینده نیستند و دولتمندی، پیشروی دشمنی است. همگی کامجویی‌ها دام هستند و هر خوبی زمینی‌ای جای خود را به ناهمساز بنیادی‌اش می‌دهد.

در این جهان گذرای بیماری و مرگ تنها یک اکسیر است که به آدمی زندگانی و تندرستی همیشگی می‌بخشد و، آن، خشنودی [رضا]ست.

بهار پر از فریبایی‌هاست، باغ‌های بهشت نیز همین‌گونه‌اند؛ امّا این شادی‌ها، همگی، در خرسندی نیز که می‌تواند همهٔ شادمانی‌ها را به‌بار آورد، یافت می‌شوند.

کسی که خشنودست هرجا که هست ـ در خلوت، جدا از کشورش، یا در جنگلی، کنار دریایی، در بیابانی دوردست، یا در باغی ـ در هر جایی خود را در خانه احساس می‌کند.

او دلباخته هیچ جای ویژه‌ای نیست و، در هر حالتی، در آسایش به‌سر

می‌برد: خواه با گروهی از دوستان در بوستانی دلپذیر باشد و خواه در گفتگویی پربار در همآیشی از دانشمندان انباز باشد.

هرجا که رفته یا می‌ماند، همواره آرام و خویشتن‌دار، و خاموش و فرمانرانِ بر خویش است. با آن که نیک آگاه است، باز جویندهٔ دانش است و دربارهٔ "راستی" پرسش می‌کند.

بدین‌سان، فرزانهٔ پاکدین، خو گرفته است که بر زمین پست به ژرف‌نگری نشیند و، با انجام‌گری پیوستهٔ چنین کاری، در حالتی از نیکبختی فراروانه، در "یگانهٔ برتر" غرقه گردد.

این حالت برتر همانا ناآگاه بودن از چیزهای به حس درآمدنی، و آگاهی داشتن از هستیِ "روح دانای بر همه چیز" است که همهٔ فضا را پر کرده است.

فرزانه‌ای که شکوه خداوند را دیده، در پهنهٔ روشنایی جای دارد و، چون چراغی روشن، تاریکی‌های درونی‌اش را ـ همراه با بیم‌ها، دشمنی‌ها، و شیفتگی‌های بیرونی‌اش ـ از خویش بیرون می‌راند.

من در برابر چنین فرزانهٔ آفتاب‌گونی کرنش می‌کنم؛ در برابر او که فراسوی تاریکی‌های همهٔ سوی‌هاست، از همهٔ چیزهای آفریده شده بالاتر رفته، و شکوه بزرگش هرگز دستخوش کاستگی نیست.»

واسیشتا گفت:

«ای راما، ای شاهزادهٔ خردمند، تو از راه خرد تیزت راستی مینوی را به گونهٔ نظری آموخته‌ای و دیگر چیزی نمانده که بدانی؛ اما ذهن‌ات، با آن که در سرشت پاک است، نیاز دارد کمی دستکاری شود تا بتوانی "راستی" را به کردار ببینی.

خرد "شوکو دوا [Shuku Deva]"، فرزند "وایاسا"ی فرزانه نیز "راستی" را به گونهٔ نظری از پدرِبزرگش آموخته بود، اما از راه نزدیکی با "آموزگار" بود که، سرانجام، چنین شناختی را به دست آورد. نمونهٔ شما هم مانند "شوکو دوا"ست.»

راما گفت:

«ای سرور، چگونه بود که پسر وایاسا "راستی" را آموخته بود، اما پیش از آن که "آموزگار"ش او را بیاموزاند، فرخندگی نیافته بود؟ چندان مهربان باشید که این را به من بگویید.»

واسیشتا پاسخ داد:

«ای شاهزاده، وایاسای پاکدین، که روشنایی و فرهیختگی بی‌پایان دارد، هم‌اکنون در همایش شاهانهٔ پدرت نشسته است و فرزند او، شوکو دِوا، نیز همین‌جاست.

او، هنگام پسری‌اش، از راه رایمندی و ژرف‌اندیشی پیوسته، "راستی" بنیادین را دانسته و به شناخت ژرفش آورده بود؛ با این حال، دلش آرام نمی‌گرفت و نمی‌توانست شهد شیرین آرامش را بچشد. این که می‌خواست به آرامش رسد، از آن رو بود که شوکادِوا نتوانسته بود ببیند که "خودِ" [Self] تنها، بالاترین "راستی" است.

در پی رنج‌های بسیاری که کشید، دلش اندک اندک بهایی را که به شادکامی‌های جهانی می‌داد، از دست داد.

شوکادوای پاکدل، که در "کوه مرو" به خلوت نشسته بود، با ارج‌گذاری بسیار، از وایاسای فرزانه پرسید: "ای سرور، مهربانی کنید و مرا بگویید که این پندار دروغ جهان که همگی آدمیان را گول می‌زند، از کی و در کجا آغاز شد و، دیگر این که، کِی به پایان خواهد رسید؟"

با شنیدن این سخنان، فرزانهٔ بزرگ، آن پیر راستی‌بین، پُرآپُر برای فرزندش برشمرد که فرزانش خاستگاه و نیستی گرفتن جهانِ پندار چیست.

با شنیدن سخنان پدرش، شوکادوا به خود گفت: "مرد فرزانه چیز تازه‌ای به من نگفته است، همهٔ این فرزانش را خود پیش‌تر می‌دانستم!" او، آن‌گونه که شایسته بود، به آموزه‌های پدرش نگرش نشان نداد.

وایاسای بزرگ که در همهٔ دانش جهان آموخته بود، به پسرش گفت که

نمی‌تواند به آن‌چه تا آن زمان گفته، چیز دیگری بیفزاید و او را اندرز داد که به دربار شاه فرزانه، جاناکا [Janaka] رفته و از او آموزش‌های بیشتری بگیرد.

شوکادوا حال و هوای پرآرامش "کوه مرو" را پشت سر نهاده، به پایتخت شاه جاناکا آمد و برای دیدار شاه به نگهبان کاخ او درخواست داد.

نگهبان نزد فرمانروای خردمند رفته و او را آگاهی داد که شوکادوا، فرزند وایاسای بزرگ، کنار در است.

شاه اندیشید که چنانچه آموزه‌هایش را برای شوکادوا آسان گرداند، شاید که او بدانها بها ندهد، زیرا که انسانها چیزی را که بی‌فداکاری به دست آورده باشند، بیشتر زمانها ارزش نمی‌شناسند. بنابراین، به نگهبانش گفت که "بگذار چشم بدارد!"

او تا هفت روز برای شوکادوا پاسخی نفرستاد، زیرا که بایسته می‌دید بیازماید او تا چه اندازه خواهشمند آموختن است و انضباط خوی و رفتاری شاگرد آینده‌اش چگونه است و تا چه اندازه به شادکامی‌های جهان بها نمی‌دهد.

هفت روز که گذشت، شاه اجازه داد شوکادوا به درگاه بیرونی کاخش آید ـ و بیش از این به او نگرش نشان نداد. با این همه، شوکادوا برآشفته نشد و هیچ نشان نداد که دوست می‌دارد او را ـ فرزند فرزانهٔ بزرگ نامدار در جهان را ـ ارج نمایند.

سرانجام، شاه شوکادوا را به سرای ویژه‌اش فرستاد و گرد او را با همه‌گونه زیورهای باشکوه شاهانه پر کرد. وسوسه‌های بسیاری بر سر راه برهمن جوان نهاده شد.

زیب و زیورهای باشکوه شاهانه که پس از ۱۴ روز گرسنگی در برابر شوکادوا نهاده شد، ذهن شوکادوا را هیچ برنیانگیخت، همان‌گونه که تندباد خروشان چکادهای بلند بالای هیمالیا را تکان نمی‌دهد.

شوکادوا که نه با خوارداشت و سختی کشیدن برآشفته شده بود و نه با

شادکامی‌های گول‌زنندهٔ کاخ، چشم‌بداشت، همان‌گونه که به او گفته شده بود.

آزمون که به پایان رسید، او را به آستان شاه راه دادند. با برخورداری از رایمندی و خویشتنداری، او سرزنده و ادب‌پیشه بود و به حس کامجویی بهایی نمی‌داد.

شاه کرنش کرد و با نشان دادن ارج بسیار به برهمن جوان، او را چنین سخن در داد:

"اینک که همهٔ خویشکاری‌های خود در این جهان را به پایان رسانده‌اید، چه می‌خواهید، آقا؟"

شوکادوا پیشکشی‌های کوچکی را که آورده بود، بر پاهای شاه نهاد و ارج‌گزارانه، همان پرسشی را بازگفت که از پدرش پرسیده بود. در نهایت شگفتی، شاه به او همان پاسخی را داد که وایاسای پاکدین داده بود.

با شنیدن "راستی"، شوکادوا دریافت که اندیشه‌گری‌های خود او هم به همان پاسخ‌ها رسیده بودند و پدرش و نوشتارهای ودانتا هم همان‌ها را آموزش داده بودند.

ـ «این پندار دروغ رویدادهای جهانی ـ که حس وابستگی و رنج را می‌آفریند ـ برساختهٔ خواهش و خیال‌بافی است و با ناپدید شدن آنها، فرومی‌نشیند. "خود"، فریب خورده از نادانی، گونه‌گونی‌های نمودها را به پندار درمی‌آورد. این است باور "دانایان به راستی".»

ـ «اما، سرورم، من آرامش می‌خواهم. مهربانی نمایید و آرامشی دگرگونی‌ناپذیر را در من جایگیر سازید تا ذهنم از دودلی‌هایی که دربارهٔ "راستی ودانتایی" دارد، رهایی یابد.»

ـ "اوه، ای مونی، دیگر چه می‌توانم به تو بیاموزم؟ در جهان جز آتمن همیشه ـ آرام چیز دیگری راستین نیست. "او" گرفتار ذهن خودش است و با ذهن خودش آزاد می‌شود.

از اینها گذشته، تو بر حس کامجویی پیروز شده‌ای و دیدهٔ راستی‌بین به

دست آورده‌ای. دیگر چه می‌خواهی. امروز من به خود می‌بالم که فرزند «مهاتما وایاسا» را میهماندارم.

از آنجا که شادکامی‌های بیرونی ترا به خود نگرفته‌اند و به باتلاق وابستگی فرونیفتاده‌ای، بدان که آزادی! دست‌کش از باور این که گرفتاری ـ تو آزادی! اوه شوکا، «تو همانی»[۵۲۰]»

این سخنان شاه را که شنید، بر جان مونی شوکادوا برقی از روشنایی درونی گذشت و او «خویشتن» را از هرآنچه دیدنی است و به پندار درمی‌آید، آزاد دید. او اکنون از اندوه، ترس، خشم، و کنش‌گری آزاد بود و در «آرامش» جاودانی ریشه داشت.

شوکادوا، فرو رفته در نیکبختی سرشتش، درحالی که چون یک «دِوا» [Deva]ی راستینِ خداوندگار همگان گام برمی‌داشت، به «کوه مرو» بازگشت و هزار سال در سمادهی ماند. سپس، با رهایی از بند تن خاکی، چون چراغی که به خواهش سوخت خاموشی می‌گیرد، به آرامش دست پیدا کرد.

بدین شیوه، شوکادوا که خودِ پاکی بود، یکی شدگی‌اش با آلایش چیزهای به حس آمدنی، و انگیزهٔ آن، نادانی، را پایان داد. او که دیگر هیچ نیکی یا بدی‌ای نداشت و از همه رو از یکی‌گردیدگی «خویشتن»اش با تن خاکی‌اش رها بود، «کارما»یش پایان یافت و با «خویشتن» خودش یکی‌ای یافت، چون قطره‌ای آب که در دریا می‌آمیزد.»

■ سخنرانی پانزدهم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«اندرز مرا گوش ده، ای راما، و بکوش تا در کردار و آزادگی و شادکامی‌هایت نمونهٔ یک مرد بزرگ باشی و با پشت‌گرمی به پایداری سستی‌ناپذیرت، به جنگ با همهٔ ترس‌ها و دل‌نگرانی‌هایت برخیزی.»

راما پرسید:

«آقای ستودنی، به من بگویید کدامین کردار است که آدمی را بزرگترین کنش‌گر می‌کند و چه چیز بالاترین شادکامی‌ها را می‌سازد؟ همچنین، مرا بگویید که بزرگترین آزادگی که انجامش را به من اندرز می‌دهید، کدام است؟»

واسیشتا پاسخ داد:

«این سه ارزشمندی را، دیرزمانی پیش، شیوا که بر پیشانی‌اش ماه نو را دارد، برای فرمانروای "برینگی"ها [Bhringis] برشمرد و او به کمک آنها از همهٔ بیماری‌ها و پریشانی‌ها آزاد گردید.

برینگی به شیوا گفت:

«ای سرور، دیدن خیزابه‌های پرکشاکش این جهان تیره و ژرف که در آن دیرزمانی است بدون یافتن آرامش و آسودگیِ "راستی" جایگاه‌بندی شده‌ایم، دل مرا از اندوه سرشار می‌کند. خداوندا، مرا بگوی که کدام راستی استوار و دلگرمی درونی‌ای است که ما می‌توانیم با خویش‌ـ استامی بدان تکیه کرده و به یاری آن در این سرای از هم پاشیدهٔ جهان آسودگی و آرامش یابم.

شیوای خداوند پاسخ داد:

همواره بر بردباری سستی‌ناپذیر پشت گرم دار و برای هیچ چیز دیگری ترس یا نگرانی نداشته باش: بکوش تا در چشم‌پوشی‌ات از همهٔ هواها و کنش‌ها سرآمد باشی.

کسی گفته می‌شود بزرگترین کنش‌گر است که کارها را همچنان که برایش پیش می‌آیند ـ چه شادی‌انگیز باشند و چه اندوه‌انگیز ـ بی‌هیچ بیم یا خواهشی برای به‌بار نشستن آنها، انجام دهد.

کسی گفته می‌شود که نقش‌اش را خوب بازی می‌کندکه خویشکاری‌هایش را بی‌های و هوی و شورزدگی انجام داده و پاکی و خویشتنداری دلش را بی‌آنکه به لکهٔ خودخواهی یا رشک بیالاید، نگاهبان باشد.

کسی گفته می‌شود که نقش‌اش را خوب بازی می‌کند که از هیچ انسان یا چیزی تأثیر نمی‌پذیرد، اما همهٔ موضوع‌ها را چون یک شاهد به شمار می‌آورد.

اوست بزرگترین کنش‌گر که به زاده شدن، زندگانی و مرگ خودش، و نیز به فراز و فرودهایش، به یک چشم می‌نگرد و زمینه‌ها هرچه باشند، آرامش ذهنش را از دست نمی‌دهد.

کسی گفته می‌شود از خودش شادکامی می‌جوید که به رفتار و کردار آدمیان چون تماشاگری بی‌گرایش و بی‌وابستگی می‌نگرد و دیده‌اش در پی گزینش چیزی برای خویشتن نیست.

خرسندترینِ آدمیان کسی است که همهٔ فراز و نشیب‌های بخت را ـ چون دریای ژرفی که خیزابه‌های خروشان را در ژرفاهای پیمایش‌ناپذیرش جای می‌دهد ـ با شکیبایی تاب آورد.

کسی که شکر و نمک برایش یکسانند و در زمان‌های شادی و نگون‌بختی بی‌دگرگونی برجای می‌ماند، اوست که بهترین شادکامی‌جویان است.

اوست بهترین چشم پوشیده از جهان، که از اندیشه‌گری دربارهٔ زندگی و

مرگش، و شادکامی یا دردش دست شسته و خوبی‌ها و کژی‌هایش را از ذهن بیرون رانده است.

کســـی گفته مـی‌شود بـزرگترین فـداکـاری را کـرده کـه ذهـن خـود و کوشش‌هایش را پیشکش پرستشگاه نفی خویشتن ساخته باشد.

همواره بر "روح" همیشه ـ ماندگار و بی‌آلایشی ژرف‌نگری کن که بی‌آغاز و پایان است. بدین شیوه که اندیشه کنی، خود بی‌آلایش می‌شوی و در برهمنِ یکی با "خود" ـ که سراپا آرامش و آسودگی است ـ فرومی‌روی.

یگانه برهمن نـامیرا را چـون جـان و تـخم آفـریده‌های بـیرون آمـده از "خود"ش بدان. این بی‌اندازگی اوست که بر سراسر هستی گسـترده است و بی‌کرانگی آسمان اوست که همهٔ چیزها را به ادراک آورده و نمایان می‌سازد.

برای هیچ چیزی ـ چه هستی نمایان داشته باشد و چه هستی درونمایه‌ای ـ به هیچ روی امکان‌پذیر نیست که جدا یا بدون "سرشت" جـهانی مـاندگاری داشته باشد.

درحالی که این باور استوار را در ذهن داری، در پـناه آرامش اسـتوارت بیارام، و از همهٔ بیم‌های این جهان رها باش.

اوه، ای رامای بس نیکوکار، همواره در درون خودت به جـان درونـی‌ات بنگر و همهٔ کارهای بیرونی‌ات را با اندام‌های تنت انجام ده. با رها کردن حس خودخواهی و منش‌ات ـ و بدین‌گونه، آزاد بودن از همهٔ اندوهها و نگرانی‌ها ـ به نیکبختی برتر خواهی رسید.»

راما به واسیشتا گفت:

«ای فرزانهٔ همه پاکی و همه دانایی! پس از آن که خودبینی آدمی در ذهن او از میان رفت و هردوی آنها در هیچی ناپدید شدند، بر سر سرشت جان چه می‌آید؟»

ریشی پاکدین پاسخ داد:

«پس از آن که خودبینی آدمی و کژی‌های همراهش در ذهن دردکشـیده

گداختند، پاکی جان آدمی به روشنی در سیمای فروزان و آرام او هویدا می‌گردد.

همهٔ زنجیرهای هواها و شیفتگی‌های ما گسسته و فرومی‌افتند. با گسستن رشتهٔ خواهش‌هامان، خشم ما کاستی گرفته و نادانی‌مان اندک اندک پاک می‌شود؛ آزمندی‌مان سست شده و آرزومندی‌ها از ما پر می‌کشند؛ اندام‌هامان آسوده می‌شوند و اندوههامان در آرامش فروکش می‌کنند.

آنگاه، نگرانی‌ها نمی‌توانند ما را به خود گیرند و شادمانی‌ها دیگر نمی‌توانند ما را بالا کشند؛ بدین‌سان، هرجا که باشیم، در دل‌هامان احساس آرامش و ایستادگی می‌کنیم.

شادی و اندوه شاید که گاه و بیگاه بر سیمای یک "گنانی"[۵۳۰] سایه افکنند ـ همان‌گونه که ابر چهرهٔ آسمان را پنهان می‌کند ـ اما نمی‌توانند جان او را فروپوشند که به روشنی روزِ جاودانه است.

او منشی آرام و آسوده را می‌نماید و با کسی درشت‌گویی و ناهمسازی نمی‌کند؛ بدین، همگان او را ارج نهاده و دوست می‌دارند. او خود در کارهایش تنها و با پشتکار مانده و در همهٔ زمان‌ها از آرامش شیرین جانش شادکامی می‌جوید.

راستی که نفرین شده‌ست، کسی که در نادانی خویش غرق گشته و در پی رستگار ساختن جانش برنمی‌آید؛ همان رستگاری‌ای که با روشنایی خرد به‌دست‌آمدنی است و او را یاری می‌دهد تا از همهٔ دشواری‌های جهان رهایی پیدا کند.

کسی که می‌خواهد، با چیره شدن بر خیزابه‌های بازپیدایی‌های دلتنگی‌آورش در اقیانوس پهناور این جهان، بدین نیکبختیِ به آرزو درآمده بازرسد، می‌بایست همواره از خویش بپرسد: "پس از این، چه خواهم شد؟ چیست معنی این شادکامی زودگذری که در اینجا دارم؟ چیست این جهان؟ این چیزها به کجا دارند می‌روند؟"

باشد که او از یک «آموزگار» سنتی پیروی کند ـ اگر چندان نیک‌بخت باشد که یکی را بیابد.

رودی را که به ژرفاب آگاهی‌ات می‌انجامد، پیدا کن و خویش را به درون آن افکن. همهٔ چیزهای بیرونی را از خود بیرون ران؛ آن‌گونه که پرتوهای داغ و آسیب‌رسان از خانه‌ها دور رانده می‌شوند.

اقیانوس یگانهٔ نادانی جهان را دربرگرفته و آن را لبریز ساخته است؛ همان‌گونه که دریایی از نمک خشکی را گرد گرفته و می‌فرساید. جدایی‌گذاری‌های «من» و «مال من» خیزابه‌های این شور دریای کژبینی ما هستند.

احساس‌های ذهن و هواها و حس‌گری‌های آن چهره‌های چندگانه این دریای نادانی‌اند و خودبینی و خودخواهی ما گرداب بزرگی است که انسانِ وابسته به خواست خود، به خواست خود، درون آن افکنده می‌شود.

دوست داشتن‌ها و بیزاری‌ها دو کوسه‌اند که او را در آرواره‌هاشان گرفته و، سرانجام، با خود به ژرفاها می‌کشند.

برو و خویش را در دریای آرام خلوت مینوی افکن و جانت را در شهد بهشتی ژرف‌نگری شستشو ده. در دریای «یگانگی» فروتر و فروتر رو و از خیزابه‌های شور دوگانگی و شورآبه گوناگونی‌ها بال برکش.

خود را به درستی چون جانی بدان که گفته می‌شود در سراسر جهان پراکنده‌ست؛ و به خود بگوی که اگر «آن» را، و خودت را کنار نهی، چه چیز دیگری می‌ماند که برایش اندوه‌خوری و زاری کنی؟

خداوند سرور را بستای، «نویسندهٔ» جهان‌ها را؛ «کسی» که همواره سرشار است، «آن» ارزانی‌دارندهٔ همهٔ چیزها را. ستایش خداوند همهٔ گناهان ما را از میان برده، و همهٔ دام‌ها و گره‌های جهان را می‌گشاید.

پس از آن که به نیروی پاکی سرشت خویش بر تیرگی غم‌فزای نادانی‌ات پیروز شدی، می‌توانی از راه خدمتگزاری دوست‌داشتنی یک «آموزگار»،

روش ادهیاتمایوگا ـ بله، روش فرخندهٔ ادهیاتمایوگا را ـ دنبال کنی.

ای راماجان، سخنان من سخنان "خودِ" برهمای پاک هستند و هیچکس آنها را نمی‌شنود، مگر آن که "ساتویکاکارما"[۵۴]ی بسیاری از بازپیدایی‌های گذشته او در پشت‌اش ایستاده باشند.»

با به پایان رسیدن سخنرانی، همگان در همایش "آموزگار" پاکدین، واسیشتا، را کرنش نموده و گفتند:

«جی برتو، جی برتو، ای فرزانهٔ نامیرا!»

■ سخنرانی شانزدهم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«ای راما، باردیگر فشردهٔ دانایی‌ای را که ترا به شناخت خویشتن رهنمون می‌سازد، برمی‌شمارم. حالت این شناخت را نمی‌توانی بی‌آزمون‌گری پیوسته به دست آری. نادانی، که در درازای زمان پای گرفته و در دوران بازپیدایی‌های بسیارِ آدمی با او همراه بوده است، جای پای استواری پیدا کرده و هم به گونهٔ چیزهای بیرونی نمایان می‌شود و هم به چهرهٔ آزموده‌های درونی. آتمن فراسوی حس‌هاست. هنگامی که ذهن و حواس ناکارگر شدند، آنگاه تنها آرامش راستین آزموده می‌شود.

دانش از نادانی زاده شده و آن را برمی‌اندازد.[۵۵] نادانی‌ای که درونی است و ورتیها[۵۶] را به درون می‌کشد، چیزی برتر است، و نادانی‌ای که در جهان بیرونی شادکامی می‌جوید، رویهٔ پست‌تر آن است. نادانی را از میان بردار، ای راما!

انجام‌گری و پشتکار به کامیابی می‌انجامد. آدمی هر نیکی‌ای به دست می‌آورد، میوهٔ درخت آزمون‌گریِ دیرزمانی دنبال شده است.این نادانی پی‌آمد نادرست‌اندیشی آدمیان در درازای بازپیدایی‌های بسیار است و از این روست که نیرومند می‌نماید؛ اما، بردبارانه که برای خویشتن‌شناسی کارکردی، نادانی به پایان خواهد رسید.[۵۷]

دل چون درختی است گرفتار پیچک انگل‌آسای نادانی. این پیچک را با

شمشیر دانش ببر، ای راما، و کارهای عادی زندگانیت را به انجام رسان. این، راه رسیدن به شادمانی است.

مانند شاه جاناکا باش که با دانستن آنچه دانستنی است، در میان مردم می‌زیست. در دانش "خود"، و در این باور ژرف ـ ریشه‌دار "راستی"، چون "بینندگان" باستان استوار باش؛ همان‌ها که با آن که از هواهای درونی دیگران آگاه بودند، خود رهای از این هواها می‌زیستند.»

راما گفت:

«ای استاد، مهربانی کرده به من بگویید کدامین باور است که می‌بایست بهرورانم تا از شادی‌ها و اندوهها فراتر باشم؟»

واسیشتا پاسخ داد:

«گوش ده، ای راما، به این دانایی؛ به باور کسی که "راستی" را می‌شناسد. سراپای جهان پرگنجایی که به دریافت درمی‌آوری، برهمن بی‌آلایش است که دارد از شکوهمندی "خودش" شادی می‌جوید. همچنان که خیزابه‌های برخیزنده در اقیانوس آب هستند، همهٔ چیزهایی هم که می‌بینی، برهمن هستند. شادی بر، برهمن است، موضوعات شادی‌جویی برهمن‌اند؛ دوست برهمن است و دشمن نیز برهمن است. برهمن در "هستی خویش جاودانه پابرجاست. ای راما، کسانی که این باور را دارند، از بیزاری و مهر آزادند و شادمان هستند. بدان، ای راما، که بود برهمن است و نبود نیز برهمن است. چیزی نیست که جز برهمن باشد، و آنان که این راستی بدانستند، نه وابستگی دارند و نه بیزاری.

برهمن برهمن را می‌شناسد و در "خویشتن خودش" جای گرفته است. ای راما، برهمن "من هستم" است و "خود" درونی‌تر. مرگ برهمن است، تن برهمن است. برهمن می‌میرد و برهمن می‌کشد. همچنان که در ریسمان ماردیده می‌شود، شادی‌ها و اندوهها هم در برهمن دیده می‌شوند. برهمن برای جهان چون خیزابه‌هاست برای آب. آنان که "بینندگان" راستین‌اند، این را

می‌بینند؛ اما، دیگران که تاکنون "راستی" را نشناخته‌اند، جور دیگری می‌بینند. دانا در هر سوی خدا می‌بیند؛ نادان، جهان را در همهٔ گوناگونی‌هایش؛ و رنج می‌کشد؛ همان‌گونه که کودکی رنج می‌کشد، آنگاه که سایهٔ روی دیوار را شبحی به پندار می‌آورد.

برای نادان جهان لبریز از رنج می‌نماید و، برای فرزانه، پُراپُر برهمن.

همان‌گونه که پژواک پیچنده در تپه‌ها آوای خود انسان است و آدمی در خواب می‌بیند که سرش از تنش جدا گردیده، اما براستی چنین چیزی روی نداده، این جهان نیز همین‌گونه است، ای راما.

برهمن بستر زیرین همهٔ نیروهاست و هرچه به پندار می‌آورد، در راستی دیده می‌شود.

کسی که به دانش همه‌رویه دست یافته، جهان را همان‌گونه که هست می‌بیند؛ او پیری نمی‌پذیرد و روشناییِ خودش است.

ای راما، کسی که بر راستیِ "من برهمن‌ام" ژرف‌اندیشی می‌کند، برهمن می‌شود.

برهمن از هر اندیشه و پندار و احساسی رهاست. "او" همواره ناب، دگرگونی‌ناپذیر، و سرشار از آرامش است. برای کسی که "راستی" را می‌شناسد، این شناخت می‌آید که:

«من برهمن‌ام؛ نه رنجی دارم و نه شادمانی‌ای؛ نه آرزومند چیزی هستم، نه چیزی را کنار می‌زنم. من آبی‌ام، زردم، سفیدم؛ من سبزه‌ام و برگ و درخت؛ من تپه‌ام و نهر و دره و بلندای کوه؛ سرشت همه چیزم، من. با رخت بربستن همهٔ احساس‌ها و پنداربافی‌ها، آنچه برجای می‌ماند، منم که "راستی" فرارونده هستم. دگرگونی‌ناپذیر، بی‌نام، و بی‌چهره‌ام، من. من "تماشاگر - خود" هستم و بنیان همهٔ آزموده‌ها؛ من آن روشنایی‌ام که آزموده را امکان‌پذیر می‌سازد.

من آن مردی‌ام که به زنی جوان دل باخته و زیبایی او را کنار زیبایی ماه

نهاده؛ آن آگاهی که به شادیِ دل یک دلباخته روشنایی می‌بخشد. من مـزهٔ نامزدی‌ها هستم. سود و زیان برایم یکی‌اند. همچنان که رشتهٔ به هم پیوندهٔ مهره‌ها پنهان می‌ماند، من نیز "راستی" نهان در همهٔ هستی‌داران هستم.

من آتمن را ستایش می‌کنم که سرشت همگی هستی‌داران است و شیرینی ماه، و شکوهمندی "خورشید".

ای راما، چنین است باور دانای به "راستی".»

■ سخنرانی هفدهم ■

واسیشتای پاکدین در پایان دورهٔ سخنرانی‌هایش گفت:

«اکنون، راماجی، همچون شاه جاناکا در دل خودت بر "روح برتر" اندیشه کن و روش ژرف‌نگری را از خردمند بیاموز.

تا زمانی که در بازداشتن اندام‌های حسی‌ات از موضوعات‌شان پایدار می‌مانی، تا همان زمان، "روح ایزدی"، با حضور خودش، به جان درونی‌ات فرخندگی می‌بخشد. بینش "روح برتر" پیش‌داوری‌های هزار چهره را از ذهنت کنار زده و، با فروپاشاندن خویش به چهرهٔ بارانی پربرکت، در برابر چشمانت، همهٔ بیچارگی‌های ترا بیرون می‌راند.

آدمیان را، برای رهایی یافتن از بدبختی‌های زندگی، نه پرهیزگاری به کار می‌آید، نه دارایی‌ها، و نه دوستان و یاوران؛ تنها کوشش خود ایشان است که روشن‌شدگی جان‌هاشان را برای‌شان دست‌یافتنی می‌سازد.

کسانی که بر باور خویش بر خدایان‌شان پشت‌گرمند و برای برآورده شدن خواهش‌های کنونی و آیندهٔ خود دل به ایشان گرم می‌دارند، در بینش‌شان گمراهند و نمی‌توانند وارث جاودانگی باشند.

آگاهیِ "این منم" به سایه‌های شب می‌ماند و با برخاستن خورشید دانش راستین ناپدید می‌شود. به هستی‌داری یا ناهست بودن خود یا دیگران اندیشه مکن. با نادیده گرفتن پندارِ هم هستی‌های مثبت و هم هستی‌های منفی، آرامش ذهنت را نگاه دار و خود را از حس جدایی‌گذاری میان انگیزه و

انگیزاننده رهایی بخش.

باز هم می‌گویم پرورش شیفتگی برای چیزهایی که خوبند و پروراندن ناخواستگی برای چیزهایی که بدند، از بیماری ذهن است و تنها ناآسودگی به‌بار می‌آورد.

چسبیده به چیزی نباش که آن را زیبا می‌پنداری؛ از چیزی هم که در برابرت بیزاری‌انگیز می‌نماید، رمیده مباش و، با فشرده ساختن اندیشه‌گری‌ات بر آن "یگانه"ای که در برابرش همهٔ چیزها یکسان و به یک اندازه خوب‌اند، خود را از احساسات ناهمساز آزادی بخشیده و یکدست‌اندیش باش.

جانت را چون رشته‌ای دان که از میان همهٔ چیزهای هستی بر گذشته و آنها را، چون انبوه مرواریدهای روی یک گردن‌بند، پشتیبانی می‌کند.

این که به روشن‌شدگی مینوی روی داری، سه انگیزه می‌تواند داشته باشد: نخست این که به بودن دوگانگی باور نداری؛ دوم، از بهر درخشندگی فروغ خردت که از برکت خداوند فرا آمده‌ست، و سوم، آن که از راه آموزش‌های من، دامنهٔ دانش‌ات گسترده شده است.

ای راما، روزها این‌چنین ژرف‌نگری کن:

«من بر جهان به چهرهٔ "ایندرا" فرمانروایی می‌کنم و، چون یک رهرو، بر رهروکده‌ای که به من فرو آمده، فرمان می‌رانم. من هم نرم و هم ماده؛ هم دخترانه‌ام و هم پسرانه؛ در پیوند با جانم، از همه دیرینه‌تر، و در پیوند با تنم که بارها و بارها زاده و همیشه تازه می‌شود، همیشه جوانم. از بهر کامجویی است که آتمن من جهان را برگسترانده است ـ چون کودکی که هنگام بازی اسباب‌بازی درست می‌کند.

من بوی گل‌هایم و رنگ گلبرگ‌هاشان؛ من چهرهٔ همهٔ چهره‌ها هستم و ادراک همهٔ چیزهای به دریافت آمدنی.

در جهان هر چیز جنبنده یا بی‌جنبشی هست، منم قلب درونی آن، که با این

همه، از خواهش‌هایش آزادم. همچنان که بُن پارهٔ نمناکی در همهٔ طبیعت با چهره‌های گوناگون آب پخش شده است، "روح" من نیز بر همه گیاهان گسترده است.

من به خواست خویش، به چهرهٔ آگاهی، به ژرفای دل همهٔ چیزها راه می‌یابم و، به چهرهٔ حس‌ها، از ایشان برون می‌آیم.

من پادشاهی بی‌کرانم را بر فراز همهٔ جهانها به دست آورده‌ام؛ بی‌آن که آن را جسته یا درخواست کرده باشم، و بی‌آن که آنها را به زیر کشیده باشم.

اوه، ای روح" فراگستر و پهناور خداوند، من به "تو" در پایهٔ "خویشتن" خودم کرنش کرده و خود را در "تو" - همچنان که در اقیانوس پهناور فراگیرندهٔ جهان - گم‌گشته می‌یابم.

این پرستشگاه برهمن، این جهانی خاکی، برایم بیش از اندازه کوچک و تنگ گردیده است؛ چون سوراخ سوزن، که بسی کوچک است، برای گذار یک فیل!

من‌ی که "روح" زاده نشده و نیافریده هستم، بر سراسر این جهان گذرا پیروزمندانه پادشاهی می‌کنم."»

آنگاه، شاهزاده راما گفت:

«افسوس که نادانی "روح" آدمیان را به بندگی تن بی‌خرد کشانده است؛ از این روست که برادران [و خواهران] ما تن‌هاشان را برای نیکویی‌هایی که پایدار نیستند، به ناز می‌پرورند.

پروردگار در همه چیز جایگیر است، چون بوی که در نهاد گل است و روانی، که سرشت مایهٔ آب است. اکنون که "آموزگار" پاکدینم، خرسند از این که نیست‌ام را فدا ساخته‌ام، راه رسیدن به شناخت "خود" را برایم آشکار ساخته است، به حالت رستگاری رسیده‌ام.

اکنون، با فرو افتادن اهریمن نادانی، و ناپدید گشتن غول خودخواهی‌ام، از انبوه هواهای تب‌آلود رهایی یافته‌ام.

شاهین نادانی‌ام، با گسستن رشته خواهش‌هایی که پاهایش را سخت بسته می‌داشتند، از قفس تنم به جایی که نمی‌دانم کجاست، پر کشیده است.

در شگفتم که در همهٔ این زمانی که با خودخواهی‌ام گرفتار زنجیرهای منیت خویش بودم، چه بوده‌ام.

ذهن من، چون آتشی خاموش شده، آرام گرفته و از نگرانی‌های جهان آزاد شده است. اکنون از هواها و شیفتگی‌هایم، از گیرایی‌های جهان، و از تشنگی‌ای که بدانها داشته‌ام، رها گردیده‌ام.

با ناپدید شدن تاریکی درونی‌ام، و با دیدن یگانه خداوند بزرگ در خودم و در همه چیز، اکنون از اقیانوس گذرناپذیر بیم‌ها و دشواری‌ها برگذشته و بر تیره‌روزی‌های تابستان بازپیدایی‌ها پیروز گشته‌ام.»

اوم! اوم! اوم!

داستان شاهزاده خانم چودالا

■ بخش یکم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«ای راما، سال‌های سال پیش، در دورانی که "دواپارا" [Dwapara] نامیده می‌شد، پادشاهی بود درست‌کردار و مهربان، که از آسیب رساندن به هر هستی‌دار زنده‌ای پرهیز می‌کرد و همهٔ زیردستانش او را دوست می‌داشتند. نام او "شیکهی‌دواجا" [Shikhidhwaja] بود و کشورش سرزمینی را که اکنون در هند "مالوا" [Malwa] نامیده می‌شود، می‌پوشاند. روزی در بهار که درخت‌ها در نیکوترین چهره‌شان بودند، او برای شکار بیرون رفت. در میان آن همه زیبایی‌ها، از سرش گذشت که همسری داشته باشد.

وزیرانش ترتیبی دادند تا با دختر شاه دیگری زناشویی کند. آن دختر، دختری بود آموخته و مهربان، و نیز یک یوگینی [Yogini، یوگی مؤنث] بزرگ. نامش چودالا [Chudala] بود. او همسری کامل بود و چهره‌ای بی‌اندازه زیبا داشت.

شاه و شهبانو، چون ویشنو [Vishnu] و لکشمی [Lakshmi]، به شادی زیستند، درحالی که به یکدیگر مهر می‌ورزیدند. درست همان‌گونه که در ظرفی بزرگ با سوراخی کوچک آب اندک اندک می‌گریزد، زن و شوهر نیز پیر شدند. شهبانو، در پی مهر و سرسپردگی‌ای که به خداوند داشت، اندک اندک به حس ناراستین بودن جهان رسید و همسرش را نیز به دیدگاه خود

آنها اندیشیدند: «جهان ناراست است و تشنگی کامجویی،هرگز به گونهٔ همیشگی فرونشانده نمی‌شود. جوانی و توانمندی دمی نمی‌پایند و چون برق می‌گذرند. جوانی ما چون آب از میان دستانمان گریخته است. ذهن ما رنج را چون همدمی جدایی‌ناپذیر همراه دارد و مرگ، تن‌مان را چون میوهٔ رسیده‌ای که از درخت فرومی‌افتد، از آن خود می‌دارد. به هرچه بیندیشیم، نمی‌توانیم جوانی یا تن‌مان را برای همیشه نگه داریم. می‌بایست برای پایان دادن به بیماری فرآیند جهانی کاری کنیم. جز دانش برهمن چیز دیگری نیست که بتواند خرسندی همیشگی به دست دهد.»

این‌چنین که اندیشه کردند، شاه و شهبانو نزد مهاتماها رفتند که شناسای برهمن بودند، از رود فرآیند جهانی گذر کرده بودند، و جلوه‌گاه راستی خردمندی به شمار می‌آمدند. آنان پیشکشی‌های خود را بزرگدارانه برابر یک "ریشی" [Rishi] نهادند و آغاز کردند او را خدمت گزارند. هنگامی که ریشی دربارهٔ برهمن با آنان سخن گفت، آن را با بیشترین نگرش و بزرگداشت شنوا شدند. آنان شنیدند که آتمن پاکی جاودانه است و بی‌کرانگی و نیکبختی ناب؛ و شناخت آن، چیرگی یافتن همیشگی بر رنج‌ها می‌باشد.

شهبانو که کارمای خویش ذهن او را پاک گردانده بود، راستی را به چنگ آورده، از خویش پرسید که "من کیستم؟ این جهان چیست و خاستگاهش کجاست؟" دیری نگذشت که به بینش زیر رسید:

«من نمی‌توانم بدنم باشم، زیرا که بدنم لَخت است، درحالی که من آگاهم. بدن به نیروی حواس می‌جنبد. من جواسم نیستم، زیرا آنها خودآگاه نیستند. نه ذهن که حس‌ها را می‌جنباند خودآگاه است و نه توان تمیزدهندگی. بدین‌سان، از آنجا که من خودآگاهم، می‌بایست از آنها گوناگونی داشته باشم.

منیت "خود" من نیست، زیرا از ذهن روشنایی برمی‌گیرد. ذهن هیچ آگاهی همیشگی‌ای ندارد، اما من، در پایهٔ اِتمن، خودِ آگاهی هستم. "خود" من

"راستی" است؛ خورشیدی است که درحال برخاستن جاودانی است. چه شگفت‌انگیز است "خود" من. نیکبختی ناب است "خود" من. من آن حالت راستینی را یافته‌ام که نامتناهی و تباهی‌ناپذیر است.

چون آسمان پاییزی که پاک است و بر او لکهٔ ابری نیست، من نیز از آلایش‌ها بدورم و از تب فریفتگی‌ها و بیزاری‌ها رهایم. من از خواهش‌ها و نوسان‌های هشیاری آزادم؛ از "من" و "تو" آزادم. بارها بودن از یکی گردیدگی با ذهن، همواره نیاشفته‌ام و دومی ندارم. در من هیچ امکان دگرگونی‌ای نیست.

یوگی‌های بزرگ اصل جاودانی را برهمن خوانده‌اند. این "خود" خود را به چهرهٔ ذهن و جهان می‌نمایاند، بی‌آنکه در سرشت بنیادین‌اش هیچ دگرگونی‌ای رخ دهد. همچنان که خرسنگ‌ها، سنگ‌ها، و سنگریزه‌های یک کوه چیزی جز کوه نیستند، به همان سان، جهان به حس آمدنی نیز تنها آتمن است. یک شهر خیالی از خودش هیچ هستی‌ای ندارد؛ جهان هم همین‌گونه است. یوگی شناخت‌یافته در یگانگی می‌زید، حال آنکه نادان در دوگانگی زیست دارد.

یک کودک از گِل چیزهایی درست کرده، آنها را فیل و گاو و اسب و شاه نام می‌نهد، اما راستی این است که آنها تکه گِل‌هایی بیش نیستند. نادانی به "راستی" بی‌رنگ که همانا آتمن است، رنگ‌های بسیاری می‌بخشد.

اکنون من به روشنی "آگاهی" بنیادی را می‌دانم.»

چودالا "خود" خویش را ناسوختنی، راه‌نیافتنی، ناآمیخته، و همواره ناب یافت. او افزون بر چیزهایی که گفته بود، آگهی کرد که "من درون خویش نه زاییده شدن دارم، نه مرگ. جهان از بهرِ ارزشِ آگاهی است که آشکار می‌شود: دواها [Devas]، و چیزهای جنبده و بی‌جنبش، همگی، آتمن هستند. همچنان که خیزابه‌ها، حباب‌ها، و کف روی دریا، از دریا جدا نیستند، هیچ چیزی نیست که از آتمن جداسری داشته باشد. آنها آن هستی به خود

پاینده‌ای را که تنها آتمن دارد، دارا نیستند. "منیّت" هرگز در هیچ زمانی در من آشکار نشده است. با دانستن این "راستی"، آزادانه در جهان گشت و گذار کرده و دیگران را به روشنی می‌آورم."»

واسیشتا افزود:

«ای راما ـ جی، چودالا اکنون از تشنگی کامجویی رها بود و نه رنجی می‌آموزد، نه بیمی. او دریافت که دیگر برایش چیزی نمانده که بداند. او از سمادهی جاودانه شادی برد و در نیکبختی‌ای پایدار، استواری یافت. هیچ گویشی نمی‌تواند نیکبختی شهبانو را به گفت آرد.

شاه شهبانو را در این حالت نیکبختی که از آن آرامش می‌تابید، دید و شگفت‌زده شد. او گفت: "دلبندم، می‌بینم که دیگربار جوان شده‌ای و به دیده‌ام می‌آید که شادمانی‌ای آسمانی را آزموده‌ای. شاید "نوا"یی ترا شهدی بهشتی بخشیده و نامیرا ساخته، یا آن که یوگی‌ای بزرگ به تو چنین فرخندگی‌ای بخشیده است. حالات ذهنت سرشار از سرشت دانایی است و چیزی پیدا کرده‌ای که از فرمانروایی بر سه جهان بالاتر است. در آرامشی و در تو هیچ خواهش یا هوایی نمی‌بینم."

چودالا پاسخ داد: "ای فرمانروا، من به آن حالت فرخنده‌ای دست یافته‌ام که فراسوی چیزهای به ادراک‌آمدنی و نابودی‌پذیر است و در آن دوگانگی به هیچ روی جایی ندارد. من از آن نبود شادکامی‌ها ـ که شناخت "خود" برایم به ارمغان آورده ـ شادکامی دارم. برخاسته از شادکامی‌های شاهانه، اکنون من در نیکبختیِ "خود" جای گرفته و از شیفتگی‌ها و بیزاری‌ها رهایم. اکنون ای شاه، به استواری می‌دانم که هرچه به گمان و پندار می‌آید، تنها یک رویاست و هستی راستین ندارد. حالت عادی بودنی که پیدا کرده‌ام، فراسوی دسترسی ذهن و حواس، و رها از آلایش من داری است و بستر زیرین همه چیز، "خود" همه چیز، و سرشت همه چیزها به شمار می‌رود. این است آن شهد بهشتی که نوشیده‌ام و به من حس نامیرایی بخشیده و مرا برای همیشه از بیم‌ها رهانده

است.˝»

واسیشتا گفت:

«ای راما ـ جی، شاه درونمایهٔ سخنان شهبانو را درنیافت و به این دانایی شگفت خندید و آن را به بازی گرفت.

او گفت: ˝دلبندم، در این که تو می‌گویی، هیچ معنی‌ای نیست و من دیدگاهت را درنمی‌یابم. تو به حس‌آمدنی را ناراست، و به حس‌نیامدنی را راستین می‌خوانی. هیچ انسانی نمی‌تواند گفته‌هایت را بپذیرد، زیرا که در آن خردی نیست. کسی که چنین دانایی رازآمیزی را به زبان می‌آرد، در دیگران حس بزرگداشت برنمی‌انگیزد. می‌گویی که با چشم پوشیدن از شادکامی‌های شاهانه، شادمان هستی. آیا این سخنت آهنگی چون ندای یک دیوانه ندارد؟ فراسوی دسترسی حواس چه شادکامی‌ای می‌تواند باشد؟ پولداری، جوانی، سرگرمی، خنده، تندرستی، همنشینی با جوانان: شادکامی در اینهاست. هنگامی که به خردمندی‌ات می‌اندیشم، می‌پندارم که بسیار تهی مغز شده‌ای. می‌گویی که برهمن هستی. چه کسی این یاوه‌گویی را باور می‌کند. این بینش‌های غیرعادی شایستهٔ یک شهبانو نیست، چه رسد به خوی و رفتاری چنین تهی‌مغزانه.»

با گفتن این‌ها، شاه برخاست و از سرا بیرون رفت. نیمروز بود؛ رفت تا حمام کند.

شهبانو چودالا از برخورد شاه در شگفت شد و دلش از نیاز او به روشن‌شدگی به درد آمد. او دیگر از این دانایی ایزدی سخنی به میان نیاورد و، همچون گذشته، در کاخ زندگی کرد.

■ بخش دوم ■

شهبانو چودالا هم در نیروهای یوگایی دستی توانا داشت و هم در خودشناسی. او به پهنه‌های میانی برخاست و با بزرگانی که در آنها می‌زیستند ـ دِواها، پریان، و دیگر هستندگان آسمانی ـ دیدار کرد و، سپس، فرود آمده، به کاخ، جایی که شاه خوابیده بود، رفت. شاه از بودن شهبانو آگاهی نداشت. سپیده‌دمان از خواب برخاست و، پس از شستشو، به سرای نیایش رفت و ژرف‌نگری و نیایش آغاز کرد.

شهبانو آغاز کرد که اندک اندک و بدون آنکه سرراست چیزی گوید، به شاه آموزش دهد. او از دانشمندان دینی خواست تا برای شاه وانمایند که جهان تنها یک رؤیا و یک بیماری دیرپای است که تنها چارهٔ آن خودشناسی می‌باشد. ناساز با همهٔ تلاش‌های او و دانشمندان دینی، شاه روشن‌شدگی نیافت و همچنان از خوشبختی راستین به دور ماند.»

راما گفت:

«ای استاد پاکدین، شهبانو یک یوگینی بزرگ بود و خداوند را نیز شناخته بود؛ دانشمندان دینی هم آموخته و پرهیزگار بودند. بدین‌سان، من نمی‌توانم دریابم که چرا شاه، با برخورداری از آموزش‌های آنان، همچنان در نادانی ماند. شاه انسان سبک‌مغزی نبود و با در کنار داشتن نمونهٔ شهبانو که خداوند را شناخته بود، می‌بایست به خداشناسی می‌رسید.»

واسیشتا پاسخ داد:

«همچنان که یک رشته از میان مرواریدی ناسفته نمی‌گذرد، به همان سان، آموزه‌های شهبانو بر دل شاه اثر نکرد.

ای راما ـ جی، تا زمانی که خود شاگرد ژرف‌نگری نکند و سخت نیندیشد و آموزه‌هایش را با دوست‌داشتگی و پشتکار به انجام درنیاورد، سخنان 'خود' برهما هم بر گوشهایش نخواهد نشست. این از آن روست که آتمن خودش را می‌شناسد و دستخوش برهان‌آوری یا حواس نیست.»

راما گفت:

«ای سرور، چنانچه آتمن خود را می‌شناسد و از هیچ کارگزار بیرونی‌ای تأثیر نمی‌پذیرد، پس چه سود از گورو، سات ـ سنگ‌ها، و یوگا؟

واسیشتا برشمرد:

«ای راما ـ جی، گورو و نوشتارهای پاک راه را نشان می‌دهند و روش را به دست می‌دهند. آنها به شاگرد می‌گویند که 'خود راستین تو آتمن است'، اما نمی‌توانند خداشناسی خود را به او راه دهند. شاگرد خود می‌بایست ماندهٔ کارها را انجام دهد. گورو نه می‌تواند به جای شاگرد اندیشه کند و نه می‌تواند جای او کار انجام دهد. آدمی می‌تواند ماه برآینده را به کس دیگری که چشم دارد، اشاره دهد، درحالی که خود آن را می‌بیند. اما اگر آن دیگری نزدیک‌بین بود، نمی‌تواند ماه را ببیند. به همین‌گونه روش، گورو و نوشتارهای پاک 'راستی' مینوی را برابر شاگرد می‌نهند، اما شاگرد می‌بایست خودش نیروی ژرف‌نگری و ژرف‌اندیشی‌اش را به‌کار گیرد و آنچه را آموزش یافته، دریابد.

ای راما ـ جی، آتمن یک موضوع ذهنی یا حسی نیست. اگر مرا بگویی: 'شما هم از راه حواس به من آموزش می‌دهید. چرا هنگامی که می‌دانید آتمن یک موضوع حسی نیست، این کار را می‌کنید؟'، پاسخ شما این است که: 'راما‌ـجی ذهن و حواس را فراموش کن؛ به برانگیزانندهٔ آنها بازگرد؛ آنگاه، آتمن را خواهی شناخت.' بگذار برایت نمونه‌ای بیاورم.

زمانی بازرگانی بود که در شهری زندگی می‌کرد. او دارا بود، اما بدبخت

بود. او دارایی‌اش را با نیازمندان بخش نمی‌کرد و به یوگیان و برهمنان هم چیزی نمی‌داد. می‌خواست بیشتر و بیشتر گرد آورد. سرانجام، در او این خواهش به بار آمد که گوهری را که "چینتامانی" نام داشت و ارزش‌اش بیرون از شمار بود، دارا گردد.

او به سراغ تپه‌ای از آشغال‌ها رفت و، به چشمداشت پیدا کردن گوهر، همهٔ روز آن را زیر و رو کرد. شبانگاه صدفی پیدا کرد. پنداشت که شاید چیز دیگری هم باشد؛ پس، هر روز آمد و جستجو کرد. صدف دیگری پیدا کرد و صدف دیگری. پس از سال‌ها جستجوگری، گوهر چینتامانی را پیدا کرد.

ای راما ـ جی، آموزه‌های گورو ـ همانا "تات توام آسی" و "آهام براهماسی"[۵۸۰] ـ چون آن صدف‌ها هستند. همان‌گونه که پیدا کردن آن صدف‌ها به یافته آمدن چینتامانی انجامید، آموزه‌های گورو هم به شناخت خداوند ره می‌نمایند.»

واسیشتا گفت:

«ای راما ـ جی، شاه که از شهبانو چودالا جدا شد، به پرستشگاه رفت تا نیایش انجام دهد. سخنان دانایی‌ای که از او شنیده بود، کارگر افتادند و اندیشه‌های بی‌شهوتی و چشم‌پوشی از جهان دلش را برگرفتند. او اندیشید: "من بسی از سال‌های زندگیم را با شادی جستن از شادکامی‌ها گذرانده‌ام، اما هنوز خرسند نیستم؛ کامجویی از شادی‌ها همواره رنج درپی آورده است. اکنون می‌بینم که جهان و شادی‌هایش پنداری بیش نیستند."

شاه زر، زمین، گاوها، خانه‌ها، و بسیاری چیزهای دیگرش را به نیازمندان بخشید: برهمنان را دهش‌ها کرد و بیچارگان را پیشکشی‌های بزرگ داد.

شهبانو از دینوران خانوادگی خواست تا به شاه آیین ناراستین بودن جهان را بیاموزند و او را آگاه سازند که شناخت "خود" تنها راه رسیدن به خوشبختی، و تنها راه پایان دادن به چرخهٔ زایش و مرگ است.

شاه که این راستی را از زبان برهمنان شنید، اندیشید که چگونه می‌تواند

از رنج‌ها رهایی یابد. بر آن شد تا به دیدار جاهای مقدس رود. او در رودهای مقدس شستشو کرد، به برهمنان و نیازمندان بخشش‌ها نمود، و بسیاری از ریشی‌ها و زیوندگان به کمال رسیده را به چشم دید.

از سفر زیاری که بازگشت و به سرای شهبانو آمد، به او گفت: "ای چودالای دلبندم، برآنم تا به جنگل رفته و آیین توبه به جای آرم. شادکامی‌های جهان، همه، به دیده‌ام چون این یا آن رنج می‌نمایند و کشورم را از طبیعت وحشی بهتر نمی‌یابم.

شهبانو پاسخ داد: "ای شاه، اکنون زمان آن نیست که یک رهرو شوید؛ شما هنوز جوانید و می‌بایست از شادکامی‌های کشورتان بهره برید. همان‌گونه که گل‌های بهاری در زمستان از زیبا بودن دست می‌کشند، ما نیز پیر که شدیم، در جنگل کناره می‌گیریم و در آنجا خوشبخت خواهیم بود. موهامان که آغاز کردند چون گل‌های جنگل خاکستری‌رنگ شوند، آنگاه بر ما نیز چون رهروان، شایسته خواهد بود که در جنگل زیست کنیم.

شاه دانایی سخنان شهبانو را درنیافت و در بی‌خواهشی پایدار ماند. سفرهای زیاری و بخشایش‌هایی که انجام داده بود، دلش را پاک گردانده و با احساس ناراستین بودن جهان آراستند. اما، همان‌گونه که نیلوفر آبی در نبود ماه به کمال زیبایی‌اش نمی‌رسد، شاه نیز که از دانش "راستی" دور بود، نتوانست به آرامش و خرسندی دست یابد.

او گفت: "ای شهبانو، بگذار تا کشور را رها کرده و به دل جنگل فرو نشینم. شاید در شگفتی که هنگام دوری از کاخ‌ها و خدمتگزارانم، چه کسی خدمتم می‌گزارد؟ ترا استوارانه بی‌گمانی می‌دهم، ای بانو، که زمین مرا خدمت خواهد گزارد و درختان بلند مرا همدم، پرندگان مرا فرزندان، خاموشی آرام‌بخش جنگل مرا تن‌پوش، و گل‌ها مرا زیورها خواهند بود.

سپیده که نزده بود، شاه سرای شاهانه را برجای نهاد و شهبانو و ندیمه‌هایش او را دنبال کردند. همگی شب را در جنگل انبوه گذراندند.

نیمه‌شبان، شاه بیدار شد و همسر و همراهانش را در ناآگاهی همه‌سویه یافت. پس، برخاست، آنان را برجای نهاد، و خود به تنهایی راهی شد. او یکبار دیگر به پایتختش رو کرد و گفت: "بدرود، ای شادمانی‌ها و دارایی‌های شاهانه! بدرود، ای دوستان و یاران!"

او از میان جنگل انبوه پیش‌تر و پیش‌تر رفت، درحالی که با شنیدن غرش شیرها و هیس هیس ماران به شتاب گام برمی‌داشت. خورشید که برخاست، خود را در آب خنک و جانفزای نهری کوهستانی شستشوی داد و به نیایش بامدادی نشست. چند میوه خام برچید و آنها را خورد. بیمناک از آن که زیردستانش او را بیابند، شتاب کرد و از دره‌ها گذشت، کوهها را درنوردید، و به آب نهرهای تندگذر زد. دوازده روز پی‌درپی که پیش رفت، شیکهی دواجا به پای کوه ماندراچال [Mandarachal] رسید.

جایی را برای زیستن برگزید و از شاخ و برگ درختان برای خویش کلبه‌ای ساخت. سپس گل و میوه گرد آورد و آنها را در سرای کوچکش، برابر مهراب نهاد.

روزها، پیش از سپیده‌دم برمی‌خاست و پس از شستشو، مانترام خود ر با یکسواندیشی و باور همه‌سویه بازمی‌گفت، تا آن که نیمروز فرامی‌رسید آنگاه، با به‌جا آوردن شستشوگری دومش، خداوند را می‌ستود و به درگاهش گل و میوه پیشکش می‌کرد. در سومین بخش روز خوراک ساده‌ای از میوه‌ه و تمشک‌های وحشی می‌خورد و آغاز می‌کرد مانترام خود را بازگوید. شب که فرامی‌رسید، خداوند را نیایش می‌گزارد و با غروب خورشید باردیگر با مانترام‌گویی‌اش پرداخته و آن را تا نیمه‌شب پی می‌گرفت.»

■ بخش سوم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«ای راما ـ جی، دربارهٔ کارهای روزانهٔ شاه شنیدی؛ اینک از شهبانو بشنو. هنگامی که شهبانو دریافت شاه او را در نیمه‌های شب برجای نهاده، نگران شد و به ندیمه‌هایش گفت: "شاه به جنگل بیم آوری پای نهاده؛ بی‌پادشاه و خداوندگارمان چه اندوهگین خواهیم بود!"

شهبانو نیروهای یوگیایی‌اش را به‌کار گرفت و به هوا برخاست. او شاه را دید که دارد از جنگل انبوه می‌گذرد و به اندیشه شد که کارمای او برایش چه در آستین دارد. او دریافت که کارمای خودش دیدار او با شاه را در سرنوشتش استوار داشته است، اما شاه هنوز پختگی دریافت "راستی" ایزدی را ندارد و، بنابراین، برایش نیکوست که آزمون زندگی در جنگل را از سر بگذراند.

پس، به کاخ برگشت و در سرای خودش با آرامشی همه‌سویه خفت. بامداد که شد، نخست‌وزیر را گفت که شاه برای کاری شخصی از کاخ دور شده و گمان آن هست که چند زمانی از پایتخت دور باشد. آنگاه، برای گرداندن کشور به او رهنمودهایی داد.

شهبانو هشت سال به نیکویی بر کشور فرمانروایی کرد و به آرامش و نیکبختی مردمانش افزود. همان‌گونه که یک باغبان از بوستان نیلوفرش با نگرش و مهربانی نگهداری می‌کند، او نیز مردمانش را با دل‌سپردگی و

نگرش پاسداری کرد.

در این میان، شاه روزگارش را به ژرف‌نگری و بررسی و بازگویی پاک مانترام‌ها سپرد. بدنش ناتوان، اما روحش نیرومند شد. سرانجام، شهبانو دانست که شاه چندان پخته شده که بتواند راستی مینوی را دریافت دارد: دلش پاک شده، و خودبزرگ‌بینی و جاه‌گرایی و خودخواهی‌اش فرونشسته است. او به پهنه‌های بالاتر برخاست و در باغ "ایندرا" گام زد، درحالی که از زیبایی گل‌های آسمانی بهره‌مند بود و نغمه‌های پرندگان هزاررنگ گوشهایش را نوازش می‌دادند.

آنگاه، از سد ابرها و تندرها و مه‌ها گذشت. از فراز کوههای بلندی که با توفانها کارزار می‌کردند، پر کشید و به کلبه‌های فرزانگان که در دامنه‌های سرسبز و میان جویبارهای بازیگوش آشیان داشتند، فرونگریست. آنگاه، فرود آمد و نشسته بر خرسنگی بلورین، به سمادهی اندر شد. او شاه را دید که در غاری دورافتاده زندگی کرده، ژرف‌نگری می‌کند و سرگرم تمرین‌های یوگیایی است، اما هنوز به "خود" شناسی نرسیده و روشن‌شدگی و آرامش راستین ندارد.

دلش می‌خواست او را به دانش "راستی" رهنمون شود، اما می‌دانست که کارساز نیست او را با چهرهٔ کنونی‌اش آموزش دهد: شاه او را همسرش به شمار می‌آورد و بسا که با نگرش به سخنانش گوش نمی‌داد. بنابراین، خود را به سیمای یک "برهماچاری"[۵۹۰] (Brahmachari) درآورد. همان‌گونه که یک خیزابه، با رها کردن یک چهره، چهرهٔ دیگری به خود می‌گیرد، شهبانو نیز یک برهماچاری شد و آغاز کرد بر زمین گام بردارد. در پایهٔ یک مرد برهماچاری، با سبویی آب در یک دستش و مهره ـ ستایشی از دانه‌های "رود راکشا" در دست دیگرش، و درحالی که سیمایی آرام داشت و پیشانی‌اش با خاکستر رنگ شده بود و نوار سفید مقدسی از شانه‌هایش آویخته بود، در برابر شاه چهره نمود.

شاه برخاست و با دیدن برهماچاری، او را کرنش نموده، گل و میوه پیشکش کرد.و در زیر درختی پرسایه نشیمن‌اش داد. آنگاه، گفت: "راستی که نیک‌بختم امروز، که چون شمایی از کلبهٔ ناچیزم دیدن کرده است. ای فرزند یک دِوا، مرا بگویید که چه چیزی شما را به اینجا کشانده‌ست؟"

برهماچاری پاسخ داد: "ای شاه، من در یک سفر زیاری دراز هستم و رودها و تپه‌ها و گل‌ها و درختان بسیاری را دیده‌ام، اما کسی را ندیده‌ام که با احساسی پاک‌تر از شما سرشار باشد. شما از خودگذشتگی‌های بزرگی کرده‌اید و تمرین‌های مینوی بزرگی انجام داده و بر نفس پست خویش چیره شده‌اید. بنابراین، در برابرتان کرنش می‌کنم. اما، ای شاه، مرا بگویید که آیا برای "خود"شناسی کاری انجام داده‌اید؟

شاه حلقه گلی را که برای پرستش "دوا"ی خود کنار گذارده بود، برداشته و گرد گردن برهماچاری نهاد و او را ستایش کرده، به وی گفت: «ای برهماچاری، دیدار با مرد پاکدینی چون شما کمتر پیش می‌آید. می‌دانم که نمودن یک دوستی پاکدلانه به میهمانی ناخوانده، از پرستش یک "دِوا" بهتر است. ای برهماچاری، سیمای بدنی شما چه دلنشین است: زیبایی و شکوهمندی آن مرا به یاد همسرم می‌اندازد که بسی چون شما می‌ماند. اما شما یک برهماچاری سرسپرده به یوگا هستید و روا نیست بگویم که به شهبانویم می‌مانید. ای برهماچاری پاکدین، مرا بگویید که فرزند کیستید، با چه انگیزه‌ای به دیدارم آمده‌اید، و از اینجا راهی کجا هستید؟»

برهماچاری گفت: "ای شاه، روزی روزگاری، فرزانهٔ ایزدی، "نارادا"، از "درهٔ سومرو" که سرای همیشگی بهار است، دیدن کرد. در این دره گل‌ها، برگ‌های لطیف، جویبارهای زمزمه‌گر، و پرندگان باشکوه بسیاری خانه دارند. بسیاری از برهمنانِ نشسته به ژرف‌نگری، در کلبه‌های خویش در این دره زندگی می‌کنند. فرزانهٔ ایزدی، نارادا، از دیدن این سرزمین که از "گنگ" مقدس آب می‌گیرد و تنها دردسترس مردان پاکدین است، شادمان گشت. او

نشست و به سمادهی اندر شد و در آن حالت فرخنده ماند. هنگامی که از بلندی‌های سمادهی پایین آمد، جلنگ جلنگ زیورهای یک زن به گوشش خورد. شگفت‌زده شد و جستجو کرد تا سرچشمهٔ آوا را بیابد. به نهر خندان "گنگ" رسید که چون سیم گداخته روان بود و پری آسمانی "اوروشی" [Urvashi] را دید که داشت با یاران مقدس‌اش در رود پاک آبتنی می‌کرد. چشمانش که بر پیکرهای برهنهٔ آنان افتاد، رایمندی‌اش را از دست داد و ذهنش را حس کامجویی تیره کرد.

شاه گفت: "ای برهماچاری، نارادا فرزانهٔ بزرگی است، چگونه می‌شود که ذهن او هم با دیدن پریان برهنه آشفته شود؟

برهماچاری گفت: "ای شاه، تا زمانی که بدن آدمی دوام دارد، خواه در مورد یک نادان و خواه در مورد یک فرزانه، بنا بر سرشت خودش کار می‌کند؛ اما دیگرگونگی میان این دو تن در آن است که خردمند، با برخاستن حس‌های شادکامی در بدنش، به شور درنمی‌آید و رنج‌ها نیز که ذهن‌اش را انباشتند، دستخوش رنج نمی‌گردد؛ حال آن که مرد نادان چون آونگ می‌ماند و میان اشک‌ها و لبخندها چرخ می‌زند. نادان چون تکه پارچهٔ سفیدی است که به آسانی هر رنگی را به خود می‌گیرد، درحالی که خردمند چون ورقه‌ای از موم است که رنگ را بدان راه نیست و قطره‌های آب رنج یا شادمانی نمی‌توانند روی آن مانند. "آنتاهکارانا"[۶۰]ی خردمند با شادکامی لمس می‌شود و نه با رنج. نادان در اینجا رنج می‌بیند و در آنجا، شادمانی؛ اما، خردمند همه چیز را چون بازتابی از آتمن بزرگ که بستر زیرین چیزهاست می‌بیند و، بنابراین، به بند درنمی‌آید.

ای شاه، خواهش مادر همهٔ جنبش‌هاست. این آشفتگی آغازین "هوشمندی مطلق" است که جهان گردیده است. ای شاه، هنگامی که آگاهی زمینه‌دار شده (جیوا، Jiva) در کوندالینی[۶۱] مانده و خود را با حواس و احساسات یکی می‌سازد، آنگاه، بنابر بازتاب‌هایی که در او پدید می‌آید، دچار شادی و رنج

می‌شود. اما، هنگامی که همین آگاهی به نیروی دانش‌اش به جدایی خود از موضوعات حسی پی می‌برد، آنگاه، خود را "نیکبختی مطلق" می‌یابد. هنگامی که می‌داند "در من هیچ کنشی نیست و من بدنم نیستم"، آنگاه بی‌شهوت و فرخنده حال می‌گردد. همچنان که بر یک درخت سوخته نه شاخه‌ای هست و نه برگی، جان هم که از نادانی خواهش‌ها و شهوات رها گردید، آنچه می‌ماند، همه نیکبختی است.

شاه گفت: "ای برهماچاری ـ جی فرخنده، سخنان شما چنان سرشار از دانایی و آرامش‌آفرین‌اند که هرگز نمی‌توانم آنها را بس بدانم. اکنون چندان مهربان باشید که مرا بگویید شما چگونه به جهان آمدید؟"

برهماچاری گفت: «ای شاه، مرا نارادا به شیوه‌ای رازآمیز به جهان آورد. من از زنی زاده نشدم و نارادا، فرزانهٔ ایزدی، مرا به نیروی یک مانترام مقدس به جهان آورد. زاده که شدم، او مرا به فرزندی پذیرفت و، با نمودن مهربانی و فرخندگی بخشیدن به من، گفت: "ای فرزند، باشد که شناسای برهمن شوی!" نارادا، فرزانهٔ ایزدی، پدر من است و نامم "کومبها" [Kumbha]است.

شاه گفت: ای دوا، شما دانایِ به همه چیز می‌مانید. سخن گفتن‌تان نشان می‌دهد که والاگهر هستید.»

■ بخش چهارم ■

«برهماچاری گفت: "ای شاه، آنچه را خواسته بودید، به شما گفتم. اینک، شما بگویید کیستید و اینجا چه می‌کنید؟"

شاه پاسخ داد: "در پی یک کارهای بسیار نیکو ـ همچون بخشندگی نمودن به برهمنان فرهیخته و بیچارگان، و فدیه دادن و ستایش‌گری پروردگار ـ است که انسان می‌تواند چندان خوش‌بخت باشد که با فرزانه‌ای چون شما دیدار کند."

کومبها سخن او را بریده، گفت: "ای شاه، بس است، بس است این ستایش‌گری! خواهش می‌کنم دربارهٔ خودتان به من بگویید."

شاه گفت: "نام من شیکهی دواجاست. از فرمانروایی‌ام چشم پوشیدم، زیرا که آن را سرشار از رنج و نابالیدگی‌ها، و انگیزهٔ زاده شدن و مردن یافتم. اکنون در این جنگل پیرامون زیبایی‌های طبیعت هستم. شما همه چیز را دربارهٔ من می‌دانید، این را بی‌هیچ شکی می‌دانم؛ با این حال، چون پرسیده‌اید، پاسخ‌تان را می‌دهم. در اینجا روزی سه‌بار ژرف‌نگری کرده و، باوردارانه، مانترام خود را بازمی‌گویم. اما، هنوز به آرامش درونی‌ای که جایگیر شود، نرسیده‌ام. سفرهای زیاری بسیاری انجام داده‌ام، لیک، هنوز آرامش ندارم. دست نیاز به سوی شما دراز می‌کنم تا مرا روشنی بخشید تا بتوانم آرامشی همیشه ـ ماندگار داشته باشم.

برهماچاری گفت: «شما از پادشاهی‌تان دست شسته و اکنون، با انجام

سختی‌کشی‌ها، در این کلبه زندگی می‌کنید. روزی کشورتان را آنِ خود می‌دانستید؛ اکنون، این کلبه را آنِ خود می‌شمرید. این دارایی‌ها چه فرقی دارند؟ همچون کرم ذهن که در گِل زندگی می‌کند و از این برگ گل‌آلود به برگی دیگر می‌خزد، شما هم همین کار را می‌کنید؛ چیزی را رها کرده‌اید و چیز دیگری به دست آورده‌اید.

شما نمی‌دانید که چرا از جهان چشم‌پوشی کرده‌اید. پیش‌تر، گردتان را زیب و زیور کاخ گرفته بود و، اینک، دربر گل‌ها و پوست آهو و مهره‌های ستایش هستید. این‌ها به آدمی آرامش راستین نمی‌بخشند. بر "خود راستین‌تان بیدار گردید؛ آنگاه آرامش را خواهید یافت. روزی از پدرم پرسیدم: "نارادا ـ جی، خواهش می‌کنم مرا بگویید که آیا دانش از کنش‌گری بالاتر است؟" پاسخ داد: "دانش به نیکبختی همه‌سویه می‌انجامد؛ با این همه، آیین‌ها برای نادان خوب‌اند. چنانچه مردی آیین‌هایی چون پرستش‌گری، بخشندگی، و خدمتگزاری به برهمنان را انجام ندهد، کارهای گناه‌آلود می‌کند و به بازپیدایی‌های تاریک‌تری رهنمون می‌شود. کنش‌گری به آرامش نمی‌انجامد، تنها دانش چنین پایانی دارد.»

ای شاه، در شگفتم که شما به این دریای نادانی افتاده‌اید. پیش‌تر، در کاخی زندگی می‌کردید؛ اکنون، در کلبه‌ای جای دارید؛ دستاورد هردوی اینها یکی است. دگرگون‌سازی زیستگاه هیچ بهره‌ای به پی نمی‌آورد. شما هنوز نادانید. تا زمانی که آدمی احساس می‌کند کننده است، در نادانی به‌سر می‌برد. از همهٔ خواهش‌ها و کردارهایت رها شو و به سرشت راستین‌ات بیدار گرد. بی‌خواهش بودن، آزاد بودن است. چشمداشت‌ها بندشدگی را درپی می‌آورند. ژرف‌نگری بر آتمن ـ "من برهمن هستم" ـ نداشتن هیچ خواهش دیگری، و استوارانه در "آگاهی همه‌سویه" جایگیر شدن، تنها دیدگاه دانش راستین است و تنها چیزی است که ارزش دانستن دارد. ای شاه؛ شما می‌بایست "خود" درونی‌تان را بشناسید. راستی که به چه گرداب نادانی‌ای

افتاده‌اید! بدون دانش "خود" نه در این دنیا آرامشی هست و نه در جهانی که پس از آن می‌آید. همچنان که یک درخت در نبود باد بی‌لرزه می‌ایستد، جان نیز آسوده است آنگاه که از چشمداشت‌ها رهاست."

شاه ناگهان به آوایی پرشور گفت: "اوه، برهماچاری ـ جی، شما پدر منید، شما گوروی منید، شما دیده‌ام را به راستی بزرگی گشودید! می‌توانم ببینم که خواهش‌ها برایم رنج‌ها درپی آورده‌اند. ای **گورو باگوان** [Bhagwan]، در حق من نیکی کنید و بگویید چگونه آرامش به دست آورم."

برهماچاری گفت: «پس از چشم‌پوشی از جهان، شما می‌بایست به یک سات ـ سنگ برهمنان فرهیخته و پرهیزگار رفته و می‌پرسیدید که "بند چیست؟ آزادی چیست؟ من که هستم؟ جهان چیست؟ جهان چگونه پدید آمد و به کجا ره می‌برد؟" با کناره‌گیری از سات ـ سنگ‌ها و نزدیکی برهمنان پاک، شما چون یک تنه درخت شده‌اید. شما را اندرز می‌دهم که به سات ـ سنگ‌ها رفته و از یاد شادکامی‌های گذشته و چشمداشت‌های آینده به‌در آیید. این را من از پدرم شنیده‌ام.»

شاه گفت: "ای ریشی، من شما را در پایهٔ گوروی خود پذیرا هستم. خواهش می‌کنم برایم سات ـ سنگ‌هایی برپا داشته و راه رسیدن به آزادی نهایی را که کمال است، به من آموزش دهید.

برهماچاری گفت: «من به شما، ای شاه، آموزش خواهم داد، اما آنها به‌بار نخواهند نشست، مگر آن که به آنها نگرش همه ـ سویه داشته و آنها را در ژرف‌ترین گوشهٔ دل‌تان بپرورانید. کلاغ نشسته بر بام نیز "راستی" به گفت آمده در یک سات ـ سنگ را می‌شنود، با این حال، یک کلاغ می‌ماند. "راستی" را شنیده و در خود فرو بر. بگذار دلت و ذهنت به رنگ "راستی" ای که می‌شنوی درآید.»

شیکهی دواجا گفت: "ای سرور، فرمان‌های شما را به جای خواهم آورد. همچنان که در پیوند با روش انجام آیین‌ها از رهنمود نوشتارهای پاک پیروی

کرده‌ام، فرمان‌های مقدس شما را نیز دنبال خواهم کرد.»

کومبها گفت: «ای شاه، به خوبی، و بدون هیچ دودلی ذهنی، بدان که آموزش‌هایی که به شما می‌دهم، برایتان بهترین نیکویی را درپی دارند. همهٔ چیزهایی که یک پدر خردمند به فرزندش می‌گوید، برای خوبی خود اوست. بنابراین، بدان که آنچه می‌خواهم به تو آموزش دهم، برای بهروزی خودت است. باور استوار داشته باش و این «راستی» مقدس و دیرینه بالاترین پاداش را به تو خواهد داد، که همانا آزادی است.

با باورمندی و نگرش همه‌سویه بشنو؛ با هوشمندی و سرسپردگی.»

■ بخش پنجم ■

«برهماچاری افزود: "ای شاه، از چه دست کشیده‌ای؟ کشور که از آن تو نبود. زنان و کاخ‌هایت هم از آن تو نبود. افزون بر این‌ها، این که از آنها چشم پوشیده‌ای، در سرشت‌شان هیچ دیگرگونی‌ای ننهاده است. آنها امروز بی‌کم‌وکاست همانند که پیش از کناره‌گیری‌ات بودند. فیل‌ها و اسب‌ها و بوستان‌هایت هم که گفته می‌شوند برجای‌شان نهاده‌ای، چنین وضعی دارند. ای شاه، تو از همه چیز دست نکشیده‌ای. از چیزی دست کش که آنِ تو باشد، تنها این کار چشم‌پوشی راستین خواهد بود.

با شنیدن اشاره‌های فرزانه، شاه نزد خود زمزمه کرد: "این جنگل آنِ من است، این گل‌ها و نوشتارها آن من‌اند. از آنها چشم خواهم پوشید."

پس، به ریشی پاکدین گفت: "آقا، من از این جنگل چشم می‌پوشم، از این گل‌ها و نوشتارها که از آنِ من‌اند. آیا این کار چشم‌پوشی‌ام را کامل نخواهد کرد؟"

کومبها پاسخ داد: "ای شاه، جنگل و گل دیرزمانی پیش از تو هستی داشته‌اند. آنان از آن تو نیستند. چیزی را که از آن توست، رها کن؛ آنگاه خوشبخت خواهی بود."

با شنیدن چنین سخنی، شاه گفت: "فرزانهٔ مقدّس، این کلبه، این سبو، و این مهره ـ ستایش از آن من‌اند و، برای بسنده شدن چشم‌پوشی‌ام، آنها را رها می‌کنم."

کومبها باردیگر در پاسخ گفت: "ای شاه، کلبه از آنِ چوب و گلی است که از آن‌ها ساخته شده؛ چیزهای دیگر هم به همین گونه‌اند. به چه حق از چیزی دست می‌شویی که آنِ تو نیست؟"

شاه پیشنهاد کرد که پتوها و اثاثیه‌اش را رها کند، اما برهماچاری آشکارا گفت که آنها نیز آنِ او نیستند.

شاه برخاست و با گرد آوردن چند شاخهٔ خشک، آتشی افروخته، چوبدستی‌اش را در آن انداخت و گفت: "بدرود، ای همدم عزیزم، دیرزمانی است که با من بوده‌ای؛ ترا از بهر همدمی‌ات سپاس می‌گزارم." آنگاه، پوست آهو و مهره‌های ستایشگری را نیز با به زبان آوردن همان سخنان، به آتش افکند.

بادی تند وزید و شاه که گنگ و ناوابسته ایستاده بود، دید که این چیزها در خاموشی جنگل خاکستر شدند.

چون شاه همهٔ دارایی‌هایش را خاکستر شده دید، اندیشید که خوشبخت خواهد بود، چرا که از دارایی، وابستگی، و بیزاری‌ها رها بود. او گفت: «"مال من" ریشهٔ پلیدی است و اکنون دیگر چیزی نمانده که بتوانم آن را آنِ خودم بدانم. اکنون خوشبختی و راستی به‌دست آورده‌ام؛ اکنون کامل هستم و پیروزمند بیرون آمده‌ام.»

پس، روی به برهماچاری کومبها کرده و گفت: «ای پسر یک "دوا"، اکنون فضا جامهٔ من است و زمین، بسترم؛ نسیم مرا باد می‌زند و ابرها شستشویم می‌دهند. آیا چشم‌پوشی‌ام کامل نیست؟»

برهماچاری آوا درداد: "آنچه را که از آن توست، رها کن!"

شاه گفت: "آیا چشم‌پوشی‌ام کامل نشده؟ نه، نه، می‌بینم که بدنم از آن من است، و می‌روم و خود را از آن کوه به پایین می‌اندازم." این را که گفت، سوی کوه دوید تا خواستهٔ درونی‌اش را به انجام رساند. برهماچاری جلویش را گرفته، گفت: «ای شاه، بدن دستاورد یک کارمای خوب است. آن را از دست

مده! از این گذشته، بر بدن سرزنشی هم روا نیست. هنگامی که در یک تندباد گل‌ها و میوه‌ها از درخت می‌افتند، هیچکس درخت را از بهر کاستگی‌اش سرزنش نمی‌کند. ای شاه، از "من" چشم بپوش که بر بدن فرمانروایی می‌کند. همچنان که باد جنبانندۀ آبهای دریاست، "من" نیز جنبانندۀ بدن است.»

ـ "ای فرزانۀ پاک، مرا دربارۀ این راز روشنی بخش، تاکنون در آموزه‌های **هاتا ـ یوگا** در این باره چیزی نشنیده‌ام."

کومبها گفت: «ای شاه "بهوتا و پرانا"[۶۲] در ریشۀ تن هستند، از آنها چشم بپوش! مار بی‌سم زیان ندارد. هرچه در جهان بیرونی دیده می‌شود، نمود مادی ذهن است. ذهن اصل پراکندگی است. آتمن، "سرشت" است و سرشت، نه یکی است و نه بیش از یکی. انگیزۀ ریشه‌ایِ پریشانی و رنج، ذهن است. ای شاه، از آن چشم بپوش و آنگاه براستی یک شاه خواهی بود. چشم‌پوشی از چیزهای مادی به هیچ‌رو ارزشی ندارد. ذهن است که زاده می‌شود و باز پیدا می‌آید. تا زمانی که آتمن خود را از ذهن جدا نسازد، رنج‌ها از چهره‌ای به چهرۀ دیگر رخ می‌نمایند. این تنها راه رسیدن به جاودانگی است. همچنان که زمین بستر ریشه‌دوانی گیاهان و دانه‌هاست، ذهن نیز انگیزۀ زاییده شدن و مرگ است. زمین را که سوزاندی، انگیزۀ ریشه‌دوانی را از میان برده‌ای؛ بنابراین، ای شاه، از ذهن چشم بپوش و، آنگاه، از زاده شدن‌ها و مرگ‌ها آزاد خواهی بود. چون فضا آزاد باش، که همۀ چیزها را نگه می‌دارد و، با این حال، ناوابسته می‌ماند. فضا در چشم‌پوشی یک درس است.

ای شاه، چیزهایی را که بایست به چشم‌پوشی درآیند، ذهن برمی‌گزیند. بی‌شهوتی، درمه[۶۳]، و توانمندی، همگی، آفریده‌های ذهن‌اند. این ذهن است که گناه و درستکاری می‌آفریند و خود را درگیر این یا آن می‌سازد. هنگامی که ذهنِ به چشم‌پوشی درآمده، در آتمن فرومی‌نشیند، آنگاه چشم‌پوشی راستین روی داده است.

از همراهی با ذهن که جدا شدی، سراسر جهان را در خودت خواهی دید.

همچنان که بندِ مهره‌های ستایش مهره‌ها را نگه می‌دارد، آتمن نیز همهٔ چیزها را نگاهدار است. کسی که چنین از راه دانش چشم‌پوشی می‌کند، به خوشبختی دست می‌یابد. بدان، ای شاه، که "مایا" و "من" نام‌های گوناگون ذهن هستند.

ذهن را با دست کشیدن از چیزهای مادی نمی‌توان به زیر فرمان آورد: برای به زیر فرمان آوردن ذهن بایست از خواهش‌ها فراتر بود. در همدمی و همراهی ذهن هیچ آرامش و خوشبختی‌ای نیست. آتمن از بیخ و بن نیکبختی است و شناخت آتمن، همانا نیکبخت بودن است.

برای دست شستن از همگی خواهش‌ها، شناخت آتمن کاری است بنیادین. سرشت‌ات که سرای نیکبختی باشد، دیگر چه آرزویی می‌توانی داشته باشی؟ فضا نگهدار همهٔ جهان‌ها ـ از آن میان، جهان دِواها ـ ست. اگر بنا بود فضا خواهشمند نگاهداری باشد، نهایت نادانی می‌بود. بدین‌سان، شما، ای شاه، می‌بایست از خواهش‌هایت دست شویی. خواهش‌ها که همگی چشم‌پوشی شدند، در آرامش بی‌خواهشی جایگیر خواهی شد.

بدان که آتمن‌ات تکیه‌گاه همه چیز است. حتی گذشته، کنون، و آینده هم تکیه‌گاه خود را در شما می‌یابند. همچنان که خیزابه‌ها را دریا نگهداری می‌کند، همهٔ چیزها را هم آتمن نگه می‌دارد. پیوند آتمن با ذهن است که رنج می‌آفریند. آتمن که آگاهی است، و ذهن که لَخت است، چگونه می‌توانند دوست یکدیگر باشند؟ این گره میان آگاهی و ناآگاهی است، و باز کردن آن "دانش" نامیده می‌شود. همچنان که درخت درون تخمه‌ای ریز است، جهان هم درون ذهن است. تخم که سوزانده شود، درختِ درون آن هم نابود می‌شود: ذهن هم که از راه بی‌خواهشی نابود گردید، جهان نادانی هم پایان می‌یابد."»

■ بخش ششم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«ای راما ـ جی، هنگامی که برهماچاری کومبها اشاره کرد چشم‌پوشی از ذهن چشم‌پوشی راستین است، شاه آن را چنین گزارش کرد که "ای مرد مقدّس، اکنون می‌دانم که ذهن چون میمونی است که بر شاخه‌های درخت زندگی این‌سو و آن‌سو می‌پرد. نیکویی نموده، مرا بگو که آن را چگونه بایست فرمان راند؟"

کومبها گفت: «ای شاه، گرداندن ذهن کار بسیار آسانی است، اما تنها کسی که "راستی" را می‌داند، توانایی چنین کاری را دارد.»

ـ "چگونه، چگونه، ای مقدس؟ به دیدهٔ من گرداندن ذهن کار بسیار دشواری است، همان‌گونه که یک کودک نگه داشتن یک ماهی بزرگ را دشوار می‌یابد."

کومبها پاسخ داد: "ای شاه، نخست سرشت ذهن را بشناس. ذهن از خواهش‌ها، یادمان‌ها، و تأثیرات گذشته ساخته می‌شود. از خواهش‌ها دست کش و یادمان‌های شیرین را چون چیزی ناراستین بدان، آنگاه ذهن فروخواهد نشست."

شاه با سرزندگی گفت: "بله، ای سرور؛ ذهن گل است و جهان، بویش. بدن کاهی است و ذهن، بادی که آن را می‌جنباند. خواهش می‌کنم به من بیشتر بیاموزید."

کومبها افزود: «آگاهی زمینی است همواره پاک و بی‌آلایش. 'من' تخم‌ی است در آن؛ آن را ذهن نیز می‌نامند؛ و ناراستین است. در 'من'، جنبندگی به چهرهٔ اندام‌ها و حواس درمی‌آید. خرد حس یقینی است که در این چهره جای می‌گیرد. این حس همان حس 'من هستم' است. 'جیوا' [Jiva] همین 'من' کران‌مند است. و همین جیوا تخمهٔ درخت فرآیند جهانی است و شادی‌ها و اندوه‌ها میوه‌های شیرین و تلخ این درخت هستند. نابود ساختن 'من' ـ 'من هستم' ـ همانا بریدن ریشهٔ درخت فرآیند جهانی است.»

شاه از دانستن این راز بزرگ بس شاد شد و به امید شنیدن چیزهای بیشتر، گفت: "ای برهماچاری پاکدین، می‌بینم که هردو جهان بیرونی و درونی ریشه در 'من' کوچک دارند. 'من' در فضا ـ زمان گسترش می‌یابد. همچنان که دریای آرام با کنش باد آشفته و پر از خیزابه‌ها می‌گردد، آتمن همیشه پرآرامش نیز از برخاستن 'من' دروغین آشوبناک می‌شود. نابود ساختن این 'من'، نابود ساختن فرآیند جهانی است. چه شگفت دانشی است این دانش! چه نادان بودم که به یوگای جسمانی روی آوردم! آموزهٔ سوخت و آتش را شنیدم؛ آیا مهربانی می‌کنید تا مرا در آن آموزش دهید؟ اگر پادشاهی‌ام را داشتم، آن را به شما می‌دادم، ای سرور!»

کومبها او را آموزش بیشتری داد: «ای شاه، بدان که 'من کیستم؟ این جهان چیست؟' این جویا شدنِ 'راستی' آتش است. 'من' دروغین را که خود را با بدن یکی می‌شمارد، در آتش جستجوگری بسوزان. چنین که کردی، آنگاه، 'من' در آتمن می‌ماند. اکنون، ای شاه، باز گو که ترا چه آموخته‌ام.»

شاه پاسخ داد: «ریشی مقدس، دریافته‌ام که من نه خاکم، نه کوه، نه فضا و نه زمان. تن از گوشت و خون و پوست و استخوان ساخته شده، اما من نه. من نه ذهنم، نه خرد. 'من' هم نیستم. از همهٔ این‌ها آزادم. اما، استاد پاکدین، نمی‌دانم کجا و در چه زمانی این آلایش 'من داری' آمد و با من پیوسته شد. هنوز نمی‌توانم آتمن‌ام را از آن رهایی بخشم؛ بسیار سفت چسبیده است.»

کومبها گفت: «ای شاه، تنها از این "من" مرزین دست کش. سخن بر سر چون و چرای این کار نیست. همین که از آن چشم پوشی، "آگاهی" ناب خواهی بود.»

شاه گفت: «ای آموزگار پربرکت، می‌دانم که در سرشت، آتمن هستم و آتمن من، آتمن همه چیز است؛ می‌دانم که من نیکبختی هستم و همه چیز با من روشنی می‌یابد. اما، نمی‌دانم که چگونه آلایشِ "من" در من ریشه دوانده. هنوز نمی‌توانم، به کردار، "من" را نابود کنم. این را هم می‌دانم که تخم جهان ذهن من است و خاستگاه ذهن "من" است. به کمک آموزه‌های پرمهر شما می‌دانم که سرشت راستین من آتمن است و می‌دانم که، در نهاد، از حس "من" و "تو" آزاد هستم. با این همه، هنوز از "من"ام رها نیستم. گاه می‌اندیشم که، تنها، هستم، اما سپس، بار دیگر، حس آن مرا فرامی‌گیرد که من شیکهی دواجا هستم. بدین سان، بار دیگر دنیایی می‌شوم. مهربانی نما و به من آموزش ده که چگونه "من"ام را نابود سازم.»

کومبها گفت: "ای شاه، هیچ انگیزه‌ای بدون انگیزاننده نیست. چنانچه انگیزه‌ای بی‌انگیزاننده یافتی، آنگاه بدان که یک پنداری دروغین است؛ چیزی ناراستین. سراپای گیتی ـ از ایشوارا[۶۴] گرفته تا تکه‌ای چوب ـ آفریدهٔ ذهن است و بنابراین، پنداری دروغین. من از آزموده‌های مینوی خودم به تو بی‌گمانی می‌دهم که جهان چیزی جز سنگ هزار رنگ نیست. بدن در آتمن چون ماری در ریسمان است: تنها یک پندار دروغین. همچنان که یک رویا چیزی بیش از یک پندار دروغین نیست که به چشم می‌آید، جهان نیز همین‌گونه است. این دروغ که از تو کنار رفت، تنها آتمن را خواهی دید. آنچه در بدن تو راستی ندارد، در ایشوارا هم راستی دارد؛ هردو آفریده‌های پندار دروغ هستید."

شاه، اندیشناکانه گفت: «می‌بینم، می‌بینم، ای ریشی بزرگ. همهٔ گیتی یک پندار دروغ است. اینک بیدار شده‌ام و می‌بینم که همه چیز، به راستی، آتمن

است. هرچه به اندیشه درمی‌آید، ناراست است؛ تنها آتمن راستین است. این را باور دارم. انگیزهٔ ایشوارا برهمن است که تباهی‌ناپذیر و راستین است. این، آتمنِ من است.

کومبها گفت: «انگیزه و انگیزاننده در دوگانگی هستند و ناراستین‌اند. هر چیزی که بسته به زمان و جایگاه و انگیزه‌داری باشد، می‌بایست گذرا و ناراستین باشد؛ همهٔ ناپایداری‌ها ناراست‌اند. ای شاه، آتمن بی‌دومی است؛ او نه یکی است و نه، بیش از یکی؛ نه شناسنده است و نه، موضوع شناسایی؛ سرشت آن دگرگونی‌ناپذیری است؛ 'راستی'یی است زیر بستر زمان و جایگاه. بستگی میان انگیزه و انگیزاننده تنها در دوگانگی یافت می‌شود. آتمن نه این است و نه آن؛ 'آگاهی مطلق' است، آتمن.

همچنان که آدمکی برفی زیر گرمای خورشید آب می‌شود، ای شاه، نادانی تو هم با این دانش آب می‌شود. بررسی که کنی، آزمودهٔ مینوی مرا که می‌گوید همه چیز آتمن است، راست خواهی یافت. نخست در سرشت آتمایی خودت ریشهٔ استوار پیدا کن و ببین که همه چیز ـ از ایشوارا گرفته تا یک کرم ـ آتمن است. هر چیزی که به دریافت درمی‌آید، آتمن است.»

شاه گفت: 'ای ریشی پاکدین، با مهربانی شما من اکنون بیدارم و می‌دانم که در نهادم آلایشی نیست. ارج‌گزارانه، در برابر 'خود' خودم سر فرود می‌آورم. اکنون، ای ریشی پاکدین، به من بگو که چرا می‌گویی ایشوارا بی‌انگیزاننده است؟ آتمن که بی‌کران، به جلوه درنیامده، تباهی‌ناپذیر، و بی‌همتاست، انگیزانندهٔ ایشواراست.'

کومبها پاسخ داد: «ای شاه، می‌گویی که آتمن بی‌کران است. بسیار خوب، چیزی که بی‌کران است، می‌بایست به زمان و جایگاه مشروط نباشد. این که در آتمن دوگانگی نیست، به او اجازه نمی‌دهد که انگیزانندهٔ چیزی باشد. انگیزاننده پیش و پس از انگیزه هست، همان‌گونه که گل پیش و پس از کوزه هست. امّا در آتمن نه آغازی هست و نه پایانی. گذشته از این، چیزی که چیز

دیگر را برمی‌انگیزد، برای به‌بار آوردن چیزی که انگیخته شده، می‌بایست در خود دگرگونی‌ای پدید آورده یا خود را دستکاری کند. آتمن که "همه چیز" است و "مطلق" است، از باشندگیِ دگرگونی یا دستکاری پذیرفتن به دور است. آتمن تباهی‌ناپذیر است و نمی‌تواند دگرگونی بپذیرد. "او" هرگز از سرشت‌اش دور نشده است. همان‌گونه که در آتمن هیچ دوگانگی‌ای نیست، چیزی بودن یا کسی بودن هم در او راه ندارد. کنشی هم در آن نیست. آتمن پاکی‌ای جاودانه است، چون آسمان آبی یا فضا؛ ای شاه، همین آتمن سرشت خود تو هم هست.»

با شنیدن این راستی شکوهمند، شاه ندا درداد: "وه، چه شگفت، چه شگفت! می‌بینم که آتمن من بی‌همتاست؛ نه انگیزه است، نه انگیزاننده؛ دانش مطلق است. من هم از دانش آزادم و هم، از نادانی. من نیروانا هستم! درود بر خودم!"

واسیشتا گفت:

با شنیدن این سخنان دانایی از "کومبهامونی" شاه شیکهی دواجا به نیروانا اندر شد و یک ساعت و نیم در سمادهی ماند؛ چون زبانهٔ آتشی که باد آن را نیاشفته باشد.

کومبها او را به آگاهی تن بازگرداند و گفت: "ترا با آگاهی معمولی یا خلسه‌ای چه کار؟ تو آتمن‌ی و بی‌کرانی. همچنان که یک گوهرِ نهاده در یک گوهردانِ دربسته، روشنی‌اش را به بیرون بازنمی‌تاباند، اما از جعبه که برون آورده شد، به چشم می‌آید، تو نیز اکنون از چهارچوبهٔ نادانی سر برآورده‌ای و شکوهمندی شناخت‌ات به هر سو می‌تابد. اکنون در آرامش و آزادی زیست کن؛ هیچ آلایشی ترا نخواهد آلود."»

■ بخش هفتم ■

واسیشتای پاکدین گفت:

«ای راما ـ جی، این سخنان دانایی بزرگ را که شاه شنید، از آرامش سرشار شد.

او گفت: "ای برهماچاری بزرگ، یک پرسش دیگر هست که می‌خواهم بدانم. آتمن دانش همه‌سویه است و نابِ جاودانه. این سه‌گانگیِ داننده، دانستن، و دانسته شده از کجا در آن برخاستند؟"

کومبها لبخند زد و پاسخ داد: "ای شاه، همگی جنبندگان و ناجنبندگان، و چیزهای بیرونی و درونی تنها تا پایان دورۀ جهانی آشکاری دارند. آنگاه، تنها آتمن می‌ماند و دیگر نه تاریکی‌ای هست و نه روشنایی‌ای. آتمن نه راست است و نه ناراست؛ چراغی است همیشه فروزان. همچنان که روشنایی یک گوهر با پرتوهایش نمود پیدا می‌کند، روشنایی آتمن چون جهان نمود پیدا می‌کند؛ چهره‌ها فریبی بیش نیستند.

بخوبی بدان، ای شاه، که در آتمن که آرامش جاودانی است، نه "من" برمی‌خیزد، نه "تو". آتمن دانش بی‌کران است و نیکبختی بی‌کران.

در آتمن پایدارمان که ریزتر از ریزترین، و بزرگتر از بزرگترین است. فضا درون "او" جای گرفته‌ست. گیتی در "او"ست، چون پر کاهی که در زمینی بزرگ است. آتمن که به بیرون می‌گراید، جهان چون نمود ناچیزی از "روشنایی‌اش" جلوه‌گر می‌گردد. باد ویژگی جنبندگی دارد؛ ویژگی بی‌جنبشی

هم دارد. آنگاه که می‌جنبد، احساس می‌شود؛ بی‌جنبش که بود، به حس درنمی‌آید.

به همین گونه روش، آتمن که پدیدار شد، جهان چون نمودش به حس درمی‌آید: از آفریده‌اش که کنار کشید، آن آفریده دیگر به آزمون درنمی‌آید. آتمن "هستی مطلق" است و گیتی هستی دارد. گیتی که به درستی دیده شد، همه آتمن و نیکبختی است، اما نادرست که به دیده آمد، سراسر رنج است. کسی که ذهن جهان‌شناس دارد، رنج می‌کشد، اما برای آتمن‌شناس، جهان گلشن نیکبختی است.

آتمن به معنی "خود" است و کسی که جهان را چون خویشتن خویش می‌بیند، از رنج رهاست. ای شاه، جهان تنها در اندیشه و احساس تو هستی دارد و تو، تنها، بنابر ذهن خودت که به سیمای جهان فراافکنی شده، شادی یا رنج را می‌آزمایی. برای کسی که احساس و اندیشهٔ زهرآلود ندارد، زهری درکار نیست؛ اما برای آن که اندیشه‌های زهرآگین به پندار می‌آورد، شهد نیز زهر می‌گردد.

دانا می‌داند که جهان تنها نمودی از اندیشه ـ احساس خود اوست، و رنج نمی‌برد؛ اما نادان، با همهٔ دارایی و زیب و زیورش، همیشه رنج‌کشان است.

ای شاه، این راز بزرگ را بدان که ذهن و احساسات نام‌های دیگر آتمن هستند ـ همچنان که فضا تهیگی نیز نامیده می‌شود، آتمن نیز ذهن، هوش، و "من" نامیده می‌شود. همچنان که دست‌بندها و حلقه‌ها و گردن‌بندها تنها زر هستند، چیزها نیز همگی آتمن هستند.

احساسات و آزموده‌ها پرتوهای آتمن‌اند. ذهن جهان را در آتمن آفریده است. آغاز آتمن است؛ میانه، آتمن، پایان هم، آتمن. هرچه جز آتمن می‌نماید، فریبی بیش نیست.

ای شاه، بدان که فضا ـ زمان یک فریب است، و از نیکبختی سرشار باش. فضا ـ زمان با حواس و ذهن به انگار می‌آید؛ اما، آن را که بی‌این دگرگونی‌ها

به اندیشه آوری، می‌بینی که آتمن است.

ای شاه، برهمن را ببین، "کمال" را ببین؛ آنگاه، برهمن و "کمال" خواهی بود. همان‌گونه که فضا در سرشت خود ـ تهیگی ـ هستی دارد، چیزها هم همگی در برهمن هستی دارند.

جهان نمودگاه اصل ذهن است. اصل ذهن برهماست، "آفریننده" است. هنگامی که به بیرون می‌نگرد، جهان را آفریده و به دریافت می‌آورد؛ هنگامی هم که به درون برگشت، آتمن را می‌بیند و در انگیزاننده‌اش رنگ می‌بازد.

ای شاه، زندگی کن، بیندیش، ببین، و آتمن را احساس کن؛ آنگاه، نیکبختی و آرامش جاودان خواهی داشت."»

واسیشتا گفت:

«شاه که کلبه‌اش را پیشکش کومبها کرد تا او نزد وی بماند، "مونی" تا سه ساعت برای شاه سخن گفت و او را آگاهی داد که آتمن از کنش‌ها و ویژگی‌ها رهاست. خورشید در باختر فرونشست و آنان برخاسته، به استخر آن نزدیکی رفتند که پر از نیلوفرها و زنبق‌های آبی بود. آنگاه دست نماز گرفته، هشت نیایش شبانه را به‌جا آوردند و "گایاتری"[630] را خواندند. سپس به جنگلی زیبا پای نهادند که از خورشید شامگاهی روشنی داشت. آنان از جاهای مقدس، جنگل‌های دل‌انگیز، و زمین‌های خشک گذر کردند، در حالی که ذهن‌هاشان در آرامش بود و نه از یکدیگر خوششان می‌آمد و نه از هم بدشان می‌آمد.

کومبهامونی که شاه را به این جاهای گوناگون کشید، می‌خواست ببیند که آیا هیچیک از آنها در ذهن شاه خوشی یا اندوهی پدید می‌آورند یا نه. آنها با هم از بیشه‌زارها، دره‌ها، باغ‌های دواها، جنگل‌های زیستگاه شیران و گرگان و دیگر درندگان و خزندگان گذر کردند. آنگاه به غاری بزرگ در دل کوهی رسیده و در آنجا ژرف‌نگری کردند. شاه و همسرش (که هنوز به سیمای دگرگونِ کومبهامونی بود) دوستان نزدیک یکدیگر شدند. آنان در یک چشمه

شستشو می‌کردند، یک گایاتری[۶۵] را با هم به زبان می‌آوردند، و یک جلوهٔ خداوند را می‌ستودند و بی‌آن که کوچکترین خواستی به یاری یکدیگر داشته باشند، بر یکدیگر باران مهر پاشاندند. گاه جامه‌های دواها را بر تن کرده و چون آسمانیان کام می‌زدند، گاه بر برگهای موز یا بسترهای گل، و بیشتر زمان‌ها، روی سنگهای سخت می‌آرمیدند، بی‌آن که احساس شادمانی یا رنج کنند؛ و در همهٔ این زمان‌ها بر ژرف‌نگری روی آتمن فشرده بودند و در ذهن‌هاشان نور می‌آفریدند.

شهبانو به شوهرش گفت: "ای شاه، من اکنون به آسمان می‌روم. برهما آفرینش را در روز نخست ماه چیترا [Chaittra] انجام داد و دِواها در این روز جشنی برپا می‌کنند که نارادای فرزانه هم در آن روی می‌نماید. اما، همین امروز بازمی‌گردم و تا آن زمان، می‌بایست در اندیشه‌گری ژرف بمانی. لیک، اگر چنان شد که به آگاهی حسی بازگشتی، خواهش می‌کنم بر این دسته گلی که برایت گرد آورده‌ام یکسو شو."

سپس، دسته گلی را که در آسمان، یک زن، به نشانهٔ شادمانی، به همسرش پیشکش می‌کند، در دستهای او نهاد.

شهبانو به آسمان پرواز کرد و شاه اوج گرفتن‌اش را، چون طاووسی که به ابرها می‌نگرد، تماشا کرد. هنگامی که نزدیک بود در آسمان آبی ناپدید شود، از گردنش حلقه گلی برگرفته و آن را به پایین، سوی شاه پرت کرد.

شهبانو در کاخ شاهی به چهرهٔ شهبانو چودالا پدیدار شد و همآیشی از وزیران کشور برپا داشت. گزارش آنها دربارهٔ کارهای کشوری را شنید، و دستورهایی داد. همچنین، سران نمایندگان مردم را بار داد و از بهروزی مردمان که بی‌گمان شد، بار دیگر برهماچاری کومبها شد و با گذشتن از پهنهٔ ابرها، نزد شاه آمد.

شاه به سمادهی رفت و در آزمودهٔ شهودی‌اش، حالت شهبانو را دریافت. آنگاه گفت: "ای دِوی [Devi]، ای یوگینی بی‌همتا، ای "مهامانی"[۶۶]، ای گوروی

من، چگونه می‌توانم ترا سپاس گزارم؟ چه دردسری کشیده‌ای برای آموزش من! تو مرا از اقیانوس بودن و شدن برگذرانده‌ای. هنگامی که یک مرد همسری پاک و خردمند و سرسپرده را به همدمی خویش می‌گزیند خداشناسی‌اش شتاب می‌یابد. این را به خوبی می‌دانم.»

شهبانو پاسخ داد که کار چندان شگفتی نکرده و، با رهایی دادن شوهرش از زنجیرهای خود ـ آفریدهٔ نادانی، تنها خویشکاری خود را به انجام رسانده است. از شاه پرسید که آیا میان زندگی یک فرمانروا و زندگی یک رهروی و گوشه‌نشینی ناهمگونی‌ای می‌بیند؟

شاه پاسخ داد: "از فرخندگی شما ای گوروی پاکدین، من اینک آتمن را شناخته‌ام و برایم یکی است که چون رهرویی در جنگل زندگی کنم، یا چون شاهی در کاخ."

او بر پاهای شهبانو افتاده، آنها را با اشک سپاس شست. آنگاه گفت: «من بی‌چونم، چون فضا، و پاک چون برف هیمالیا. من همه چیزم. آنچه هم که ذهن یا مایا نامیده می‌شود، چیزی جز آتمن من نیست. من "آرامش مطلق"ام.»

آنگاه، شهبانو که از او پرسید دلش می‌خواهد از این پس چه کند، شاه پاسخ داد: "من هیچ خواهشی ندارم، چیزی نیست که بخواهم به دستش آورده یا از دست دهم. اما، ای گوروی من، هرچه شما بفرمایید انجام خواهم داد. از اکنون زندگی من در خدمت شماست." شهبانو او را ویشنو خواند و وی را تبریک گفت.

بامداد سپسین روز آنان با یکدیگر ژرف‌نگری کرده و برای بهروزی جهانیان گایاتری خواندند. شهبانو، در پایهٔ گوروی شاه، پیشنهاد کرد که او به کشورش بازگردد، چرا که به دیدهٔ یک یوگی راستین، یک جنگل و یک کشور یکسان می‌آیند.

شاه رهنمود او را پذیرفت و بار دیگر به تخت نشست. او خردمندانه فرمانروایی کرد و فرمانروایی‌اش دور از کاستی‌ها بود. او و شهبانو هزار

سال فرمانروایی کردند و، در زمان آنها، نه جنگی روی داد، نه خشکسالی‌ای، و نه بیماری همه‌گیری؛ دانایان برهمن نیز در سراسر امپراتوری چهره‌ها نمودند.»

واسیشتا گفت:

«ای راما ـ جی، چون پرارابدها کارما[۶۷]ی ایشان پایان پذیرفت، شیکهی‌دواجا و چودالا هردو تن خاکی‌شان را برجای نهادند و، برای واپسین‌بار، در دل برهمن فرو رفتند.

باشد که ترا نیز سرنوشتی چون ایشان در پی آید!»

پانوشت‌ها:

۱ ـ Om Namo Narayanaya, Mahatma! "اوم، درود بر خداوند، سرور همگان"

۲ ـ ریشی [Rishi]: فرزانهٔ شناسای خداوند: جان به کمال رسیده؛ کسی که به سرشت خدایی درونش ـ و نیز، همانی جان با خداوند ـ آگاهی یافته است.

۳ ـ بُدی [buddhi]: حس تمیزدهنده یا خردشهودی. بُدی رویهٔ بالاتر هوشمندی است، در برابرِ رویهٔ پایین‌تر آن که ماناس [Manas] نامیده می‌شود.

۴ ـ یوگا در اینجا به معنی راه شاگردی کردن زیردست یک استاد سنتی (با هدف رسیدن به آگاهی یا روشن‌شدگی) است. چهار راستای راه یوگا را می‌توان چنین برشمرد:

۱- بررسی فرزانش مینوی یوگا، همراه با خویشتن‌داری و آزمودن خویشتن.

۲- تمرین‌های ژرف‌نگری [meditation] که به گونهٔ سنتی دریافت شده‌اند.

۳- خدمت‌گزاری به یک آموزگار مینوی.

۴- یک زندگی همراه با منش دینی (درمه [dharma]) که با آگاهی ـ در جویندگی، درستکاری، نیکخواهی و فروتنی سپری گردد ـ و آزمودن روزانهٔ بی‌آزاری در برابر همهٔ هستی‌داران زنده.

۵ ـ ادهیاتمایوگا [Adhyatma Yoga]: در واژه، به معنی "یوگای وابسته به خویشتن درونی"؛ بنیاد فراسپهری [= فراتر از سپهر، متافیزیکی] این یوگا نادوگانه‌گراست [a-dwaita; non-dualistic] و بزرگترین شرح‌پرداز و نمایندهٔ آن شری شانکاراچاریا [Shri Shankara Charya] بوده است.

۶ ـ حالات سه‌گانه: طبیعت [پراکریتی، Prakriti] گفته می‌شود که سراپا از ۳ گونهٔ [gunas] بنیادینِ سَتوا [Sattwa، به معنی روشنی و هماهنگی]، راجا [rajas ، به معنی شورزدگی [passion] و پویایی و تَماس [tamas، به معنای تاریکی و لَختی (inertia)] ساخته شده است.

۷ ـ آتمن [Atman]: خویشتن راستین، روح نامیرا و دگرگونی‌ناپذیر آدمی.

۸ ـ مایا [Maya]: نیروی آفریننده و خودپردازِ خداوندگارِ همه‌جا هست و همه چیزدان گیتی: جامهٔ ناراستینی که روح برتر (برهمن) خود را از میان آن می‌نمایاند. مایا هستی‌ای ندارد که به خداوند وابسته نباشد؛ از این رو، نه می‌توان گفت که مطلقاً "هست" و نه می‌توان گفت که "نیست". مایا نیروی ایزدی‌ای است که راستی مینوی را به سیمای جهان هر روزی نمایانگر می‌سازد.

۹ ـ برهمن: هستی مطلق؛ به این دلیل چنین نامی گرفته است که در گیتی ـ چه در گذشته، چه در کنون و چه در آینده ـ چیزی نیست که برهمن به آن بستگی داشته باشد. در واژه به معنی

کنش‌ناپذیر است و با ذهن یا زبان نمی‌توان بدان نزدیک شد. در "اوادهوت ـ گیتا" [Avadhut-Gita] گفته شده که: «برهمن نه "شناسنده" است، نه "موضوع شناسایی"؛ نوشتارها (وداها) نمی‌توانند آن را برپا دارند؛ واژه‌ها نمی‌توانند این "آگاهی مطلق" را برشمارند؛ ذهن در شکوهمندی‌اش گم می‌شود. چگونه می‌توانم این "جاودانه" را برایت بازنمایم؟»

۱۰ ـ جان (جیوا، Jiva): آگاهی فردیت‌یافته و بندشده به زمینه‌ها.

۱۱ ـ مونی (Muni): بیننده.

۱۲ ـ آزادی (رستگاری، moksha): منظور رها شدن از بند زندگی میرا با همهٔ رنج‌ها و تنگی‌هایش می‌باشد که از راه به دست آوردن دانش مینوی انجام‌پذیر است. این نابودی نادانی (avidya)ست که رهایی نهایی یوگی از چرخهٔ بازگشتی زایش و مرگ را به دنبال می‌آورد و به او خویشتن‌شناسی راستین می‌بخشد.

۱۳ ـ سات ـ سنگ [Sat-sang]: یک همآیش سنّتی یوگی‌ها که با یک آموزگار سنتی سرپرستی می‌شود و در آن راستی‌های مینوی آموخته و روی‌شان ژرف‌نگری انجام می‌شود.

۱۴ ـ سرشت‌های شوررزده یا گنگ: ذهن و بدن خاکی، چون دیگر آفریده‌ها، در سه ویژگی بر سازندهٔ طبیعت (پراکریتی، Prakriti) انبازند. بنابراین، سرشت "شخصیت" هر انسانی، به گونهٔ برجسته‌تر، با یکی از این ویژگی‌ها (گوناس، gunas) گردانده می‌شود: پاکی و مهربانی (ستوا، sattva)، کشمکش و شهوت (راجاس، rajas)، یا نادانی و سستی (تماس، tamas).

۱۵ ـ روح برتر (متعالی): بایست در نگرداشت که آتمن، اصل یا "خود" جاودانی انسان، و برهمن، هستی ناب و به گونهٔ مطلق ناوابسته به زمینه‌ها، براستی یکی و همسان هستند و دیگرگونگی میان آنها را جان فردیت یافته (Jiva, individulised soul)، از روی کنش نادانی (avidya)، به اشتباه به پندار آورده است.

۱۶ـ گورو [Guru]: آموزگار سنتی یا استاد یوگا را گویند.

۱۷ ـ خم برهمن [Kham Brahman]: "همه چیز خداست" (جداگونگی‌ها هرچه باشند، همهٔ آفریده‌ها تنها پیدایشی هستند و راستین نیستند).

۱۸ ـ شروتی [Shruti]: به واژه، "چیزی که به کشف درآمده". وداها و دیگر نوشتارهای بلندپایهٔ آشکار شده بر بینندگان باستان که دربرگیرندهٔ راستی‌های مینوی هستند، روی هم رفته، به نام شروتی خوانده می‌شوند.

۱۹ ـ پاک کردن چهره‌ای از ناپاکی با چهره‌ای دیگر: شاید اشاره به داستانی دربارهٔ میوهٔ هسته‌دار "کاتاکا" [Kataka] باشد که آن را شری شانکاراچاریا [Shri Shankaracharya]، فرزان‌اندیش نامدار، برای نمونه بازگفته است. تخمه‌های این میوه ویژگی آن را دارند که هنگامی که بر دیوارهٔ درونی یک ظرف آب مالیده شوند، همهٔ ذرات گل و ناپاکی چسبیده بدان را ته‌نشین ساخته و، بدین‌گونه، آب را روشن سازند.

۲۰ ـ شاستراها [Shastras]: نوشتارهای دینی هندو.
۲۱ ـ سمادهی [Samadhi]: حالت ذهنی همراه روشن‌شدگی. این حالت از راه انجام‌گری دیرپای ژرف‌نگری و یوگا، و آزادسازی خرد از همهٔ ناپاکی‌ها و از این شاخه به آن شاخه پریدن‌هایش به دست آمدنی است.
۲۲ ـ جدا ساختن من [ego]: به معنی آن که پندار جداساز و اشتباه‌آمیز "من" و "تو" را یوگی می‌بایست از آگاهی‌اش ریشه‌کن کند. این آموزهٔ بنیادین را آموزگاری دیگر، به روشنی، چنین برشمرده است: "این آیینِ یگانگی کامل درونی، هنگامی که به خوبی در یوگی جایگیر شود، همهٔ کردارها و اندیشه‌های غیراخلاقی را از همه رو از او دور می‌سازد. دزد از دیگری می‌دزدد، زیرا که می‌اندیشد او اوست و کس دزدزده، دیگری ـ همانا، آنها دونفرند ـ اما، هیچگاه شنیده نشده که دست راست از دست چپ چیزی بدزددا چنانچه در جامعه‌ای انسان‌ها خود را با هم یکی شمارند، نه‌تنها از یکدیگر دزدی نمی‌کنند، رنج‌های یکی نیز رنج‌های همه، و شادی‌های یکی، خوش‌بختی همگان خواهد بود."
۲۳ ـ مار در ریسمان: مَثَلی مشهور که دانشمندان آیین ودانتا برای روشن ساختن بستگی میان برهمن و جهان پدیده‌ای به‌کار می‌برند، گیتی به گونهٔ پدیده‌ای در برهمن هستی دارد و با برهمن پشتیبانی می‌گردد. اما، همین جهان، چون مار پنداربنی که در گوشهٔ تاریکی از خانه به چشم می‌آید و، با بازرسی، آشکار می‌شود که تکه ریسمانی بیش نبوده است، از خود هستی ناوابسته‌ای ندارد.
۲۴ ـ مانو [Manu]: نخستین شاه و قانون‌گزار پرآوازهٔ هند باستان.
۲۵ ـ برهماچاری (Brahmachari، به گونهٔ مؤنث، برهماچارینی): شاگردی پذیرفته شده در آیین یوگا، که خوشیکاری‌های بایستهٔ آن را به‌جا آورده و به یک استاد سنتی (گورو) خدمت می‌کند.
۲۶ ـ دوا [Deva]: خدای آسمانی (به گونهٔ مؤنث، دوی، Devi)؛ در واژه به معنی "موجود فروزان".
۲۷ ـ چرخ پندار دروغین: دورهٔ بازگشتی زاییده شدن و مرگ.
۲۸ ـ ایندرا [Indra]: فرمانروای ایزدان ردهٔ پایین‌تر.
۲۹ ـ سه دنیا: دنیاهای بیداری، رویابینی، و حالات خواب.
۳۰ ـ فرزانهٔ نامدار وایاسا [Vyasa] گردآورندهٔ نوشتار باستانی مهابهاراتا [Mahabharata] و سامان‌دهندهٔ ادبیات ودایی به چهره کنونی‌اش است. "تخت وایاسا" جایگاه بزرگداشتی است که به‌گونه سنتی برای "آموزگار" درنگر گرفته می‌شود.
۳۱ ـ "من کوچک": "من"ی که به چشم می‌آید و در کردارهای روزانهٔ آدمی نقش بازی می‌کند.
۳۲ ـ لبان سخن‌گوی یک آموزگار: سنت خاوری بر باور آن است که هیچ انسانی نمی‌تواند تنها

از روی خواندن نوشتارها یا انجام آیین‌های دینی یا پیشی گرفتن زندگی‌ای که برپایهٔ اخلاقیات باشد، به خودشناسی دست پیدا کند؛ او می‌بایست یک آموزگار زنده (گورو) داشته باشد.

۳۳ ـ تخم خاکی: بنابر برشماری که اوپانیشادها از "آفرینش" به دست داده‌اند، از گیتی، در چهرهٔ نخستین‌اش که ذهن آسمانی [Hiranyagarbha, cosmic mind] بود، همچون "تخم برهما"، آفریدگار سنت هندو، سخن رفته است.

۳۴ ـ مانترام [Mantram]: واژگان عرفانی کوتاهی که یک گوروی سنتی پس از یک آشناسازی [initiation] یوگیایی به شاگردش می‌دهد. این واژه‌ها، هنگامی که به درستی بازگفته شوند، القاکنندهٔ آگاهی مینوی هستند.

۳۵ ـ یکشا [Yaksha]: موجودی از ردهٔ زیوندگان مینوی را گویند.

۳۶ ـ نیروانا [Nirvana]: جاودانگی آگاهانه. یکی شدن روح فردی با روح برتر مطلق؛ آزادی ابدی با کمال مینوی.

۳۷ ـ سمریتی [Smritis]: به واژه، به معنی "به یاد آمده". آموزهٔ سنتی سینه به سینه رسیده از گذشتگان؛ این واژه در برابر واژهٔ شروتی [Shruti] است که معنی "کشف گردیده" می‌دهد و در پیوند با نوشتارهای باستانی به دریافت آمده به‌کار می‌رود.

۳۸ ـ آزاد: یوگی دیگر خود را نه انجام‌دهندهٔ کردارها به شمار می‌آورد و نه چون کسی که از کردارها تأثیر می‌پذیرد.

۳۹ ـ حس منش (فردیت): حس یک "انجام‌گر" بودن؛ حس "خود" داشتن.

۴۰ ـ کارما: برهم افزودهٔ تأثیرات کردارهای گذشته (از جمله: کردارهای انجام شده در بازپیدایی‌های پیشین) که سرنوشت کنونی و آیندهٔ روح فردی آدمی را چهره می‌بخشند. قانون انگیزه و انگیزاننده، با نگرش به رفتارهای آدمی.

۴۱ ـ شیوا [Shiva]: رویهٔ سوم "سه‌گانگی" هندو ـ برهما، ویشنو [Vishnu]، و شیوا ـ که گفته می‌شود به ترتیب بر هر آفرینش، نگاهداری، و از هم پاشی گیتی سرپرستی می‌کنند. از شیوا، همچنین، در پایهٔ خداوند یوگیان نیز سخن می‌رود.

۴۲ ـ یوگای پست‌تر: برخی تمرین‌های یوگا می‌توانند به آدمی نیروهای روانی ببخشند ـ راستی‌ای که پیروان یوگای بدان آگاهی دارند ـ اما یک یوگی راستین در مورد به‌کارگیری آنها زنهار داده شده است، زیرا که راه پیشرفت آیندهٔ او در یوگا را بند می‌آورند.

۴۳ ـ هاتایوگا [Hatha-yoga] چهرهٔ پست‌تر یوگاست که بیشتر با بدن و آرام‌سازی شهوات از راه سختی‌کشی‌ها و تمرینات بدنی سروکار دارد. این شاخه از یوگا که می‌تواند به دور از سرپرستی درست یک استاد پی‌آمدهای بیم‌انگیزی را دربر داشته باشد و خود به تنهایی آدمی را به آرمان خودشناسی رهنمون نمی‌گردد، در یوگای بالاتر که آدهیاتما یوگا [Adhyatma Yoga] نامیده می‌شود، جایی ندارد.

۴۴ ـ اوم تت ست [Om Tat Sat] : نام‌های سه‌گانهٔ برشمارندهٔ برهمن.
۴۵ ـ شانتی [Shanti]: آرامش.
۴۶ ـ اوم (Aum یا Om): "واژهٔ توانمندی" (Word of Power) است که به هیچ زبان ویژه‌ای تعلق ندارد و در سراسر خاورزمین تنها در پایهٔ نمادی از خداوند برتر و بالاترین نام خداوند به‌کار برده می‌شود.
۴۷ ـ تت توام آسی [Tat Twam Asi]: "تو همانی" (That Thou Art)
تت (آن، that) به معنی "راستی برتر" (برهمن)؛ توام (تو) به معنی "جیوا" (Jiva) یا جان فردیت یافته و به بند شرایط درآمده، و آسی گویای یکی بودن همیشگی جیوا و برهمن است. "تت توام آسی" یکی از چهار جملهٔ بزرگی است که راستی مینوی وداها در آنها فشرده شده است.
۴۸ ـ فدیهٔ راجا [Raja sacrifice]: راجا ـ سویا [Raja-Suya] روشی آیینی بود که در روزگاران گذشته در آیین‌های بر تخت‌نشینی و روغن‌مالی شاهان انجام می‌شد و با سرودخوانی‌های سرسنگین، پیشکشی‌های بخشش‌گرانه به برهمنان پاکدین، و یارانه دادن به مستمندان همراه بود.
۴۹ ـ "خود را پیش می‌کشد": بهاگوادگیتا [Bhagavad-Gita] آموزش می‌دهد که "آدمی چون باورش (ایمان) است." باورش که خوب باشد، او نیز خوب است. بدین‌سان، برای بهروزی آیندهٔ جان آدمی بسی ارزشمند است که کنش‌های او بنابر روش درستکاری (درمه، dharma) انجام گردند.
۵۰ ـ سو ـ هوم (So-hum): "من او هستم."
۵۱ ـ شیوو ـ هوم (Shivo-Hum): "من نیکبختی هستم." "من شیوا هستم."
۵۲ ـ تو همانی (That thou art). یادداشت ۴۷ را ببینید.
۵۳ ـ گنانی [Gnani]: شناسای خدا، انسان روشن شده.
۵۴ ـ ساتویکا ـ کارما [Sattvika-karma]: ثواب اندوخته شده با کارهای نیکو.
۵۵ ـ دانش [knowledge، معرفت) از نادانی زاده شده و آن را برمی‌اندازد: مردی خواب می‌بیند که در جنگل است و ببری او را دنبال می‌کند و برایش بیم بسیار همراه می‌آورد؛ اما، با به یاد آوردن این که تپانچه‌ای دارد، ببر را کشته و بیدار می‌شود. در این داستان، خواب‌بینی، و نیز تپانچه، یک فرافکنی ذهن انسان بوده است؛ اما همین تپانچهٔ خیالی مایهٔ رها شدن فرد از چنگال ببر خیالی گردید. بدین سان، دانش نیز گفته می‌شود که از نادانی زاده شده و نیز براندازندهٔ آن است.

آدمی که به گونهٔ مینوی از جهان پندارین نادانستگی بیدار شد، با به دریافت آوردن این که "خود"ش با برهمن یکی است، از همه رو از یکایک بیم‌ها آزاد می‌گردد.

۵۶ ـ وریتی‌ها [Vrittis]: واژه‌ای فنی که در وداها، برای هنگامی که ذهن دگرگونی [modification] پیدا می‌کند، به‌کار برده می‌شود. نمونه‌ای از یک چنین دگرگونی‌ای [Vritti]، اندیشهٔ "من برهمن هستم" است که با گذشت زمان، ریشه‌های نادانستگی را نابود ساخته و "خود"شناسی پدید می‌آورد.

۵۷ ـ نادانی به پایان خواهد رسید: مار خیالی‌ای که در آنچه به راستی یک تکه ریسمان است، دیده می‌شود، هرگز از تخمی بیرون نیامده و، بنابراین، در زمان، بی‌آغاز است. اما، همین مار، راستی ریسمان که به دریافت آمد، پایانی داود. بدین‌سان، هنگامی که "راستی" به شناخت درآمد و "خود"شناسی به دست آمد، نادانی به پایان خواهد رسید.

۵۸ ـ اهام برهمسمی [Aham Brahmasmi]: من برهمنم، راستی برتر.

۵۹ ـ برهماچاری: یادداشت ۲۵ را ببینید.

۶۰ ـ آنتاهکارانا [Antahkarana]: روان یا حس درونی‌تر انسان، ساخته شده از خرد، یادمان (خاطره)، و حس منیّت.

۶۱ ـ کوندالینی [Kundalini]: توانمایهٔ زیستی آدمی که خاستگاه آسمانی دارد و در بدن انسان چون مار پیچیده‌ای به نماد درآمده که در پایین‌ترین جایگاه ستون مهره‌ها خفته است. این مار را می‌توان با تمرین یوگایی بیدار کرد تا به مراکز روانی کالبد آدمی نیرو ببخشد.

۶۲ ـ بهوتاوپرانا [Bhuta-Prana]: بُن ـ پاره‌های مادی‌ای که چیزهای مادی جهان از آنها ساخته شده‌اند بهوتا، و نیروی زیستی جلوه‌گر در همگی هستی‌داران زنده پرانا، که در واژه به معنای "نَفَس زندگی" است، نامیده می‌شود.

۶۳ ـ درمه [Dharma]: درستکاری.

۶۴ ـ ایشوارا [Ishwara]: خداوند در صفت آفرینندهٔ گیتی.

۶۵ ـ گایاتری [Gayatri]: نیایش بزرگی در ریگ ـ ودا که آن را "مادر وداها" می‌شمرند.

۶۶ ـ مهامانی [Mahamuni]: "اوه، ای مادرِ بزرگ." ـ

۶۷ ـ پرارابدها ـ کارما [Prarabdha-karma]: بخشی از کارمای گذشته که می‌رود تا در بازپیدایی کنونی به‌بار نشیند.